

MENIU GRĂDINIȚĂ CU ORAR PRELUNGIT – ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR 145
20-24.04.2026

MENIU	LUNI-20.04	MARȚI-21.04	MIERCURI-22.04	JOI- 23.04	VINERI-24.04
MIC DEJUN ORA 9:00-9.15	LAPTE CU CEREALE (ASORTATE) 150 g.	CEAI DIN FRUCTE DE PĂDURE CU LĂMÂIE 200ml TARTINĂ CU PASTĂ DE BRÂNZĂ, OU GĂTIT ȘI ARDEI KAPIA 15g+ 10 g+ 40g+20g	KEFIR ȘI CEREALE INTEGRALE 150 g.	CEAI DE FRUCTE DE PĂDURE 200 ml. TARTINĂ CU GUACAMOLE ȘI JUMĂTATE DE OU FIERT 30 g + 20 g	GRIȘ CU LAPTE ȘI DULCEAȚĂ 150 g.
GUSTARE ORA 10:30	BANANĂ 70/80 g	MERE 40/50 g	BANANĂ 40/50 g	PERE 40/50g	DEGEȚELE DE MORCOV 70/80 g
FELUL I ORA 12:00	SUPĂ DE PUI CU GĂLUȘTE 200 ml	CIORBĂ DE VĂCUȚĂ 200 ml	CIORBĂ DE LEGUME CU PASTE ALFABET 200 ml	MĂMĂLIGUȚĂ CU BRÂNZĂ ȘI SMÂNTÂNĂ ȘI OU GĂTIT 130 g + 20 g + 20 g + 40 g	SUPĂ CREMĂ DE LEGUME CU CRUTOANE 200 ml
FELUL II ORA 12:15	MÂNCĂRICĂ DE MAZĂRE CU PULPE DE PUI DEZOSATE LA CUPTOR 60G +150g SALATĂ AMESTEC (SALATĂ, CEAPĂ VERDE, ROȘIE, ARDEI) 30 g PÂINE 20-40g	MUSACA DE CARTOFI CU CARNE DE VITĂ 150g+60g SALATĂ DE CASTRAVEȚI, CEAPĂ ȘI ARDEI GRAS 30 g PÂINE 40g	TOCĂNIȚĂ DE PUI CU SOS ROȘU ȘI PIURE DE CARTOFI 150g+60g SALATĂ DE SFECLĂ ROȘIE 30 g PÂINE 40g	SOMON LA CUPTOR CU PIURE DE RĂDĂCINOASE 150g+60g SALATĂ VERDE CU DRESSING DE LĂMÂIE ȘI ULEI DE MĂSLINE 30 g PÂINE 40g	PIEPT DE CURCAN CU OREZ SÂRBESC 150g +60g SALATĂ DE VARZĂ ROȘIE ȘI ALBĂ 30 g PÂINE 40g
GUSTARE ORA 15:30	CHEC ZEBRĂ CU CACAO 50g-60g	PRĂJITURĂ CU IAURT ȘI PORTOCALĂ 50g-60g	TARTINĂ CU UNT ȘI MIERE DE ALBINE 50g-60g	SALATĂ DE FRUCTE 50g-60g	IAURT CU BISCUIȚI INTEGRALI 50g-60g

MĂNÂNCI NATURAL, TRĂIEȘTI SĂNĂTOS, POFTĂ BUNĂ!

MENIUL CONȚINE URMĂTORII FACTORI ALERGENI: LAPTE DE VACĂ, OU, GLUTEN, PĂSTÂRNAC, ȚELINĂ, NUCI, MIERE, LĂMÂIE ETC.

PRODUSE CONGELATE: PULPE DE PUI/ CURCAN, PIEPT DE PUI/CURCAN

CARNE PROASPĂTĂ: VITĂ, PEȘTE

MENIUL A FOST ÎNTOCMIT CONFORM ORDINULUI MS NR.541/FEBRUARIE 2025

MEDIC: PÂRLOG LAURA AS. MEDICAL: NICOLAE ALEXANDRU ADMINISTRATOR: ȘTEFAN MARIAN BUCĂTAR: PETRE GHERGHINA

DIRECTOR,
Prof. Mircea Ionuț Răzvan BERINDEI