

ZIUA	DIMINEATA ORA 10	PRANZ ORA 16	SEARA
LUNI	Ceai, paine, Gem 50g , unt-25g iaurt	Ciorba de zarzavat banana Fasole verde cu carne pui pandispan	Spaghete cu branza vaci compot
MARTI	Ceai, paine, gem-50g, Unt-25g iaurt	Ciorba de zarzavat banana Friptura pui cu pilaf	Mancare de cartofi cu carne pui Fidea cu lapte
MIERCURI	Lapte-250ml, paine, Gem-50g , unt-25g iaurt	Ciorba de zarzavat banana Friptura pui cu sote legume	Friptura cu pilaf ceai
JOI	Lapte-250ml, paine, Gem-50g,Unt-25g iaurt	Ciorba de zarzavat banana Friptura pui cu cartofi sote pandispan	Mamaliguta cu branza si smantana Ceai + biscuiti-100g
VINERI	Ceai, paine, gem-50g, unt-25g iaurt	Ciorba de zarzavat banana Fasole verde cu carne pui	Spaghete cu branza vaci ceai
SAMBATA	Ceai, paine, gem-50g, Unt 25g iaurt	Ciorba de zarzavat banana Friptura pui cu spaghete	Mancare de cartofi cu carne pui Orez cu lapte
DUMINICA	Ceai, paine, gem-50g unt-25g iaurt	Ciorba de zarzavat banana Friptura pui cu cartofi sote	Friptura cu pilaf ceai

Intocmit, As. Diet.,
Olteanu Lorena

Dr. ECATERINA ZOICAN
Medic Specialist Diabet Nutritie
si Bolii Metabolice
E18865