

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

Dr. Marinela Ciabrisa
Med. specialist
Diabet, Nutritie, Boli metabolice

Intocmit, As. Diet.,
Olteanu Lorena

