

## MEDICI GARDĂ 15 -21 ian 2018

	DIMINEAȚA	PRÂNZ	SEARA
LUNI	Ceai, pâine Brânză Hochland - 3felii Salam - 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de perișoare Piept pui la gratar + Parjoala + cartofi la cuptor +gogosari in otet pandispan	Friptura porc cu cartofi la cuptor + salata varza Budincă de spaghete la cuptor compot
MARȚI	Ceai, Pâine Cremwurști – 2 buc. Brânză telemea - 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de pui Friptură pui + sarmalute cu carne porc+ ardei iute	Friptură porc la grătar Salată orientală Fidea cu lapte
MIERCURI	Lapte, pâine Ou fiert – 2 buc. , masline-100g Pate Bucegi - 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de zarzavat Friptură porc +Iahnie de fasole + salata varza Gogoși	Pulpa pui dezosata la gratar cu sote legume Budinca de spaghete la cuptor
JOI	Lapte, pâine Ou fiert – 2 buc. Cremwursti – 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă radauteana Friptura pui + Musaca de cartofi cu carne porc Gogosari Pandișpan	Friptură porc la grătar Mămăliguță cu brânză vaci (100g) și smântână (100g) Ceai + biscuiti-100g
VINERI	Ceai Pâine Cremwurști – 2 buc. , masline-100g Brânză telemea – 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de zarzavat Friptura pui + Varza a la Cluj + ardei iute Gogosi	Șnițel piept pui cu piure de cartofi + gogosari in otet Budinca de spaghete la cuptor
SÂMBĂȚĂ	Ceai ,pâine Brânză Hochland - 3felii Salam - 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de perisoare Friptură porc cu cartofi la cuptor + Gogosari in otet	Pulpa pui dezosata la gratar cu sote de legume (amestec mexican) Orez cu lapte
DUMINICĂ	Ceai, pâine Pate Bucegi - 100g Ou fiert– 2 buc. Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de zarzavat Friptura porc cu cartofi la cuptor + salata varza	Șnițel piept pui cu piure de cartofi + Castraveți acri Orez cu lapte

ÎNTOCMIT

As. Diet.

Olteanu Lofena

15.01.2018  
 CATERINA OLTEANU  
 the Specialist Dietetic Nutrition  
 St. Spiru Haret  
 E18865