

	DIMINEATA	PRANZ	SEARA
LUNI	Ceai paine gem 50g, unt-25g	Ciorba de zarzavat Fasole verde cu carne pui-150g pandispan	Spaghete cu branza vaci compot
MARTI	Ceai paine, Gem 50g, Unt 25g	Ciorba cu zarzavat Friptura pui-150g cu pilaf	Mancare de cartofi cu carne-150g Fidea cu lapte
MIERCURI	Lapte-250ml, paine, Unt- 25g, Gem-50g	Ciorba cu zarzavat Friptura pui-150g sote legume	Friptura-150g cu pilaf ceai
JOI	Lapte-250, paine, Unt- 25 g, Gem-50g	Ciorba de zarzavat Friptura pui-150g cu cartofi sote pandispan	Mamaliguta cu branza si smantana Ceai + biscuiti -100g
VINERI	Ceai paine, unt- 25g, Gem 50g	Ciorba cu zarzavat Fasole verde cu carne pui-150g	Spaghete cu branza vaci ceai
SAMBATA	Ceai paine Gem 50g, Unt 25g	Ciorba de zarzavat Friptura pui-150g cu paste	Mancare de cartofi cu carne-150g Orez cu lapte
DUMINICA	Ceai paine, gem 50g, unt- 25g	Ciorba cu zarzavat Friptura pui-150g cu cartofi sote	Friptura-150g cu pilaf Ceai

Dr. Mariana Gabriela Iancu
Dietetică, Nutriție, Specialitate
Dietetică, Nutriție, Rolul metabolismului

Intocmit, As. Diet.,
Olteanu Lorena