

# IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



Aprobat:  Director

Ursachi Aurelia



## MENIU

Data: **13.07.2026**

| Nr<br>or<br>d | Denumirea bucatelor                                                                                                               | Gramajul<br>bucatelor | Valoarea<br>calorică |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------|
|               | <b>Dejun</b>                                                                                                                      |                       |                      |
| 1             | Terci din orz cu unt ( unt, zahăr)                                                                                                | 1/120                 | 1/127                |
| 2             | Tartină cu unt, <b>brânză cu cheag tare 45% grăsime</b>                                                                           | 1/43/10/19            | 1/255                |
| 3             | Limonadă(zahăr)                                                                                                                   | 1/150                 | 1/13                 |
|               | <b>Dejun II</b>                                                                                                                   |                       |                      |
| 1             | Fructe proaspete: <b>mandarine</b>                                                                                                | 1/100                 | 1/49                 |
| 2             | <b>Miez de nuci</b>                                                                                                               | 1/10                  | 1/65                 |
|               | <b>Prânz</b>                                                                                                                      |                       |                      |
| 1             | Legume coapte porționate: ardei dulci (ulei)                                                                                      | 1/25                  | 1/5                  |
| 2             | Zeamă cu carne de pui și <b>smântână</b> (ceapă, morcov, ardei dulci, roșii, verdeață, sare, unt, ulei, orez, rădăcină de țelină) | 1/200/8               | 1/112                |
| 3             | Gulaș din carne de pui în sos roșu din legume (ceapă, morcov, tomate în suc propriu, făină de grâu, ulei, sare)                   | 1/110                 | 1/156                |
| 4             | Paste făinoase cu unt (unt, sare)                                                                                                 | 1/120                 | 1/157                |
| 5             | Compot din fructe proaspete mere ( zahăr)                                                                                         | 1/150                 | 1/28                 |
| 6             | Pâine din făină integrală bogată în fibre                                                                                         | 1/23                  | 1/59                 |
|               | <b>Cina</b>                                                                                                                       |                       |                      |
| 1             | Papanași din <b>brânză de vaci</b> (brânză de vaci, ouă, crupe de griș, făină de grâu, stafide, unt, praf de copt,ulei)           | 1/100                 | 1/375                |
| 2             | Iaurt natural 2,5% fără adaos de zahăr                                                                                            | 1/200                 | 1/100                |

*Preparatele culinare menționate în meniu pot conține substanțe cu caracter alergen*

*(gluten, lactoză, urme de nuci, semințe, citrice)*

Asistent medical Tulbure Tulbure Nina