

IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



MENIU

Data: 21.07.2026

Nr or d	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	Dejun		
1	Terci din orez cu lapte, unt	1/120	1/147
2	Covrigei fără grăsimi hidrogenizate	1/25	1/80
3	Lapte fierț cu cacao (zahăr)	1/200	1/96
	Dejun II		
1	Fructe proaspete: mere	1/85	1/41
2	Miez de nuci	1/10	1/65
	Prânz		
1	Tocană din vânată cu legume (ceapă, roșii, ulei, sare, vânată, morcov)	1/50	1/30
2	Borș cu sfeclă roșie, legume și smântână (cartofi, ceapă, morcov, varză, tomate, tulpină de țelină , verdeță)	1/200/8	1/98
3	Fileu de pește cu legume (ceapă, morcov, roșii, ulei, sare)	1/90	1/105
4	Mămăligă cu unt	1/120	1/119
5	Compot din fructe congelate: fructe de pădure (zahăr)	1/150	1/25
6	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic	1/23	1/59
	Cina		
1	Omletă naturală (ouă , lapte , sare, ulei)	1/80	1/133
2	Salata din legume cu semințe (varză Pekin, ardei dulci, praz, castraveți, ulei, sare, semințe de in)	1/100/5	1/93
3	Ceai multifructe (zahăr)	1/150	1/8
4	Pâine din făină de grâu fortificată cu Fe	1/43	1/114

Preparatele culinare menționate în meniu pot conține substanțe cu caracter alergen

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

Asistent medical Tulbure Tulbure Nina