

IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



MENIU

Data: **28.07.2026**

Nr. ord.	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
Dejun			
1	Terci din hrișcă cu unt	1/120	1/127
2	Biscuiți fără grasimi hidrogenizate	1/25	1/106
3	Lapte fiert cu cacao (zahăr)	1/200	1/95
Dejun II			
1	Fructe proaspete: mere	1/85	1/41
Prânz			
1	Legume proaspete porționate: castraveți	1/30	1/4
2	Supă Țărănească cu smântână (cartofi, varză, ceapă, morcov, sare, ulei, verdeță, tomate)	1/200/8	1/106
3	Pârjoală din fileu de pește (pâine, ceapă, ulei, sare)	1/85	1/127
4	Pilaf din orez cu legume (orez, ceapă, morcov, roșii, ulei)	1/120	1/152
5	Compot din fructe congelate: fructe de pădure (zahăr)	1/150	1/24
6	Pâine din făină integrală bogată în fibre	1/23	1/59
Cina			
1	Omletă naturală (ouă, lapte, ulei, sare)	1/80	1/133
2	Salata din legume cu semințe (varză Pekin, ardei dulci, castraveți, praz, ulei, sare)	1/100/5	1/92
3	Ceai multifructe (zahăr)	1/150	1/8
4	Pâine din făină de grâu fortificată cu acid folic și 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