Orasenesc

LUNI – R6 COMUN

Masă	Preparat (componentă)	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni posibili
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Gem 15 g, Salam 70 g, Brânză de vaci 70 g, Roșii 100 g, Ceai	726.67	42.30	36.97	52.19	gluten, lactoză, soia, muștar
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă de fasole 400 ml, Papricaș pui 150 g, Orez 100 g, Castraveți în oțet 100 g, Măr 100 g	≈ 1790	≈ 100.0	≈ 45.3	≈ 220.9	gluten, țelină
Cină	Gris cu lapte 300 g, Iaurt 130 g	≈ 723	66.47	45.30	63.17	lactoză, gluten

LUNI – ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat (componentă)	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni posibili
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai, Unt 15 g, Brânză de vaci 100 g, Caș 70 g, Șuncă presată 70 g	≈ 819	≈ 47.3	≈ 40.9	≈ 53.8	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă de zarzavat 400 ml, Rasol pui 250 g, Pilaf orez 100 g, Biscuiți 100 g	≈ 1111	≈ 63.1	≈ 33.1	≈ 168.1	gluten, țelină
Cină	Pâine 100 g, Rasol porc 200 g, Mix mexican 100 g, Ceai	≈ 742	≈ 62.7	≈ 24.5	≈ 62.7	gluten

LUNI – GASTRIC



Avizat dietetician

Masă	Preparat (componentă)	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni posibili
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai, Unt 15 g, Brânză de vaci 100 g, Caș 70 g, Șuncă presată 70 g	≈ 819	≈ 47.3	≈ 40.9	≈ 53.8	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă de zarzavat 400 ml, Rasol pui 250 g, Pilaf orez 100 g, Biscuiți 100 g	≈ 1111	≈ 63.1	≈ 33.1	≈ 168.1	gluten, țelină
Cină	Pâine 100 g, Rasol porc 200 g, Mix mexican 100 g, Ceai	≈ 742	≈ 62.7	≈ 24.5	≈ 62.7	gluten

LUNI – HIPOSODAT

Masă	Preparat (componentă)	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni posibili
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Gem 15 g, Brânză de vaci 70 g, Caș 70 g, Șuncă presată 70 g, Roșii 100 g, Ceai	≈ 772	≈ 43.2	≈ 35.3	≈ 58.6	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă de fasole 400 ml, Papricaș de pui 150 g, Orez 100 g, Salată de varză 200 g, Măr 100 g	≈ 1759	≈ 96.5	≈ 43.7	≈ 214.7	gluten, țelină
Cină	Gris cu lapte 300 g, Iaurt 130 g	≈ 723	66.47	45.30	63.17	gluten, lactoză

LUNI – R2 DIABET

Masă	Preparat (componentă)	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni posibili
Mic dejun	Pâine integrală 100 g, Brânză de vaci 100 g, Unt 15 g, Salam 70 g, Șuncă presată 70 g, Caș 70 g, Roșii 100 g, Ceai	≈ 915	≈ 57.3	≈ 46.1	≈ 58.7	gluten, lactoză, soia

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Avizat dietetician

Prânz	Pâine integrală 100 g, Ciorbă fasole 400 ml, Papricaș pui 200 g, Orez 100 g, Castraveți în oțet 100 g, Măr 100 g	≈ 1830	≈ 120.8	≈ 49.1	≈ 224.0	gluten, țelină
Cină	Pâine integrală 100 g, Rasol porc 200 g, Mix mexican 100 g, Ceai	≈ 780	≈ 63.1	≈ 24.7	≈ 62.8	gluten
Supliment	Salam 70 g, Caș 70 g	≈ 249	≈ 22.3	≈ 18.3	≈ 3.0	lactoză, soia

MARȚI – R6 COMUN

Masă	Preparat	Kcal	P	L	G	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Salam 70 g, Ou 60 g, Ardei 70 g, Lapte 250 ml	847	36.7	47.3	78.7	gluten, lactoză, ou, soia
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă gulaș 400 ml, Șnițel înăbușit 200 g, Piure 200 g, Salată, Măr 200 g	1206	65.5	33.3	143.0	gluten, ou, lactoză
Cină	Pâine 100 g, Caș 100 g, Mămăligă 100 g, Iaurt 130 g	521	25.6	15.3	64.6	lactoză, gluten

MARȚI – ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	P	L	G	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai, Unt 15 g, Cașcaval 70 g, Parizer 70 g, Caș 70 g	942	44.0	57.6	33.7	lactoză, gluten
Prânz	Pâine 100 g, Supă de tăiței 400 ml, Piept de pui cu mix mexican 200 g	656	44.2	11.3	82.6	gluten (tăiței)
Cină	Pâine 100 g, Sote morcov 150 g, Rasol porc 200 g, Ceai	722	46.0	24.0	62.0	gluten

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Avizat dietetician

3) MARȚI – R4 GASTRIC

Masă	Preparat	Kcal	P	L	G	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai, Unt 15 g, Cașcaval 70 g, Parizer 70 g, Caș 70 g	942	44.0	57.6	33.7	lactoză, gluten
Prânz	Pâine 100 g, Supă tăiței 400 ml, Piept pui + mix 200 g	656	44.2	11.3	82.6	gluten
Cină	Pâine 100 g, Sote morcov 150 g, Rasol porc 200 g, Ceai	722	46.0	24.0	62.0	gluten

MARȚI – HIPOSODAT

Masă	Preparat	Kcal	P	L	G	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Lapte 250 ml, Ou 60 g, Salam 70 g, Ardei 70 g	837	34.8	44.5	75.4	gluten, lactoză, ou
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă gulaș 400 ml, Șnițel 200 g, Piure 200 g, Salată, Măr 200 g	1206	65.5	33.3	143.0	gluten
Cină	Pâine 100 g, Caș 100 g, Mămăligă 100 g, Iaurt 130 g	521	25.6	15.3	64.6	lactoză, gluten

MARȚI – R2 DIABET

Masă	Preparat	Kcal	P	L	G	Alergeni
Mic dejun	Pâine integrală 100 g, Unt 15 g, Salam 70 g, Parizer 70 g, Ardei 70 g, Lapte 250 ml, Caș 70 g, Ou 60 g	1090	54.2	59.8	80.0	gluten, lactoză

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Avizat dietetician

Prânz	Pâine integrală 100 g, Ciorbă gulaș 400 ml, Șnițel 200 g, Piure 200 g, Salată, Măr 200 g	1330	66.0	35.0	150.0	gluten
Cină	Pâine integrală 100 g, Caș 100 g, Mămăligă 100 g, Iaurt 130 g	510	25.6	12.3	68.0	lactoză

MIERCURI – R6 COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Șuncă 70 g, Zacuscă 70 g, Pateu 100 g, Roșii 120 g, Ceai	776	32.5	29.3	93.1	gluten, soia, muștar
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă perișoare 400 ml, Sote mazăre cu rasol porc 150/200 g, Cozonac 45 g	1198	55.7	38.6	159.0	gluten, lactoză, ou
Cină	Spanac 150 g, Ochiuri 60 g, Pâine 100 g, Ceai	489	22.7	18.1	56.9	ou, gluten

MIERCURI – ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Caș 100 g, Brânză vaci 100 g, Șuncă 70 g, Unt 15 g, Ceai	901	52.3	43.2	60.6	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă legume cu orez 400 ml, Rasol porc cu legume 200/150 g, Cozonac 45 g	1174	53.4	32.2	170.5	gluten
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui cu orez 250/150 g, Ceai	712	50.3	13.4	82.5	gluten

MIERCURI – R4 GASTRIC

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lipide	Glucide	Alergeni



Avizat dietetician

Mic dejun	Pâine 100 g, Caș 100 g, Brânză vaci 100 g, Șuncă 70 g, Unt 15 g, Ceai	901	52.3	43.2	60.6	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă legume cu orez 400 ml, Rasol porc cu legume 200/150 g, Cozonac 45 g	1174	53.4	32.2	170.5	gluten
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui cu orez 250/150 g, Ceai	712	50.3	13.4	82.5	gluten

MIERCURI – HIPOSODAT

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Șuncă 70 g, Caș 100 g, Roșii 70 g, Brânză vaci 100 g, Ceai	864	53.0	36.5	55.0	lactoză, gluten
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă perișoare 400 ml, Sote mazăre + rasol porc 150/200 g, Cozonac 45 g	1198	55.7	38.6	159.0	gluten, ou
Cină	Pâine 100 g, Spanac 150 g, Ochiuri 60 g, Ceai	476	21.5	17.9	54.9	gluten, ou

MIERCURI – R2 DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine integrală 100 g, Șuncă 70 g, Pateu 100 g, Roșii 120 g, Zacuscă 70 g, Ceai fără zahăr, Caș 100 g	1030	52.1	37.2	118.5	gluten, lactoză
Prânz	Pâine integrală 100 g, Ciorbă perișoare 400 ml, Rasol porc cu legume 200/150 g, Măr 200 g	1110	54.0	25.2	147.0	gluten
Cină	Pâine integrală 100 g, Spanac 150 g, Ochiuri 60 g, Ceai fără zahăr	427	20.8	11.2	52.1	gluten, ou

JOI – 11.12.2025

R6 COMUN – JOI

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Avizat dietetician

Mic dejun	Pâine 100 g, Crenvurști cu muștar 140/10 g, Măsline 70 g, Cremă brânză 70 g, Ceai	792	29.0	49.0	55.0	gluten, lactoză, muștar
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă fasole verde 400 ml, Escalop porc 200 g, Orez 100 g, Salată, Măr 200 g	1194	58.5	29.0	160.0	gluten
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui 250 g, Sote morcov 150 g, Ceai	744	51.0	20.0	85.0	gluten

ENTEROCOLITĂ – JOI

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Crenvurști muștar 140/10 g, Cremă brânză 70 g, Caș 70 g	826	34.5	48.0	56.0	gluten, lactoză, muștar
Prânz	Pâine 100 g, Supă zarzavat cu orez 400 ml, Rasol pui 250 g, Legume fierte 100 g	885	53.0	16.5	115.0	gluten, țelină
Cină	Pâine 100 g, Rasol porc 200 g, Mix mexican 100 g, Ceai	722	46.0	24.0	62.0	gluten

R4 GASTRIC – JOI

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Cremă brânză 70 g, Crenvurști muștar 140/10 g, Caș 70 g	826	34.5	48.0	56.0	gluten, lactoză, muștar
Prânz	Pâine 100 g, Supă zarzavat cu orez 400 ml, Rasol pui 250 g, Legume fierte 100 g	885	53.0	16.5	115.0	gluten



Avizat dietetician

Cină	Pâine 100 g, Rasol porc 200 g, Mix mexican 100 g, Ceai	722	46.0	24.0	62.0	gluten

HIPOSODAT – JOI

Masă	Preparat (componentă)	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni posibili
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Lapte 250 ml, Ou 60 g, Salam de vară 70 g, Ardei 70 g	734	32.1 g	29.7 g	78.4 g	gluten, lactoză, ou
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă cartofi 400 ml, Rasol porc 200 g + legume 150 g, Salată, Măr 200 g	1160	57.5 g	32.3 g	155.0 g	gluten, țelină
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui 200 g, Varză călită 150 g, Ceai 250 ml	658	43.2 g	14.8 g	80.9 g	gluten

R2 DIABET – JOI

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine integrală 100 g, Unt 15 g, Mușchi file 70 g, Crenvurști mușstar 140/10 g, Cremă brânză 70 g, Caș 70 g, Măsline 100 g, Ceai fără zahăr	1180	60.0	68.0	60.0	gluten, lactoză, mușstar
Prânz	Pâine integrală 100 g, Ciorbă fasole verde 400 ml, Escalop porc 200 g, Orez 100 g, Salată, Măr	1130	60.0	26.0	150.0	gluten
Cină	Pâine integrală 100 g, Rasol pui 250 g, Mix mexican 100 g, Ceai FZ	730	52.0	14.0	80.0	gluten

VINERI – 12.12.2025

R6 COMUN

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Avizat dietetician

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Salam de vară 70 g, Ou 60 g, Ardei 70 g, Salată de icre 70 g, Lapte 250 ml	883	39.8 g	43.5 g	75.6 g	gluten, ou, pește, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă cartofi 400 ml, Iahnie fasole 150 g, Cârnați cuptor 110 g, Salată, Măr 200 g	1223	44.1 g	37.5 g	179.0 g	gluten
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui 200 g, Varză călită 150 g, Ceai	658	43.2 g	14.8 g	80.9 g	gluten

ENTEROCOLITĂ – VINERI

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Unt 15 g, Caşcaval feliat 70 g, Parizer 70 g, Brânză vaci 70 g	785	36.9 g	40.1 g	55.2 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă pui 400 ml, Rasol porc cu amestec 200/150 g, Biscuiți 100 g	1410	63.5 g	47.0 g	184.0 g	gluten, lactoză
Cină	Pâine 100 g, Piept pui cu orez 200/150 g, Ceai	747	50.5 g	10.8 g	104.5 g	gluten

R4 GASTRIC – VINERI

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Unt 15 g, Caşcaval feliat 70 g, Parizer 70 g, Brânză vaci 70 g	785	36.9 g	40.1 g	55.2 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă pui 400 ml, Rasol porc cu amestec 200/150 g, Biscuiți 100 g	1410	63.5 g	47.0 g	184.0 g	gluten



Avizat dietetician

Cină	Pâine 100 g, Piept pui cu orez 200/150 g, Ceai	747	50.5 g	10.8 g	104.5 g	gluten

HIPOSODAT – VINERI

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Lapte 250 ml, Ou 60 g, Salam de vară 70 g, Ardei 70 g	734	32.1 g	29.7 g	78.4 g	gluten, lactoză, ou
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă cartofi 400 ml, Rasol porc 200 g, Varză călită 150 g, Ceai	1035	50.7 g	21.9 g	132.4 g	gluten
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui 200 g, Varză călită 150 g, Ceai	658	43.2 g	14.8 g	80.9 g	gluten

R2 DIABET – VINERI

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine integrală 100 g, Unt 15 g, Salam de vară 70 g, Parizer 70 g, Ardei 70 g, Lapte 250 ml, Salată icre 70 g, Ou 60 g	1032	47.0 g	47.5 g	92.0 g	gluten, lactoză, ou, pește
Prânz	Pâine integrală 100 g, Ciorbă cartofi 400 ml, Iahnie fasole 150 g, Cârnați cuptor 110 g, Salată, Măr 200 g	1185	46.0 g	36.5 g	170.0 g	gluten
Cină	Pâine integrală 100 g, Rasol pui 200 g, Varză călită 150 g, Ceai fără zahăr 250 ml	612	43.2 g	8.9 g	72.0 g	gluten

SAMBATA

R6 COMUN – SÂMBĂTĂ

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Avizat dietetician

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Gem 20 g, Mușchi file 70 g, Ardei 70 g, Iaurt 130 g	712	30.1 g	22.3 g	95.0 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă de varză 400 ml, Tocăniță cartofi + carne porc 250/100 g, Ardei copți 100 g, Măr 200 g	1185	40.7 g	31.8 g	181.2 g	gluten
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui 150 g, Legume 130 g, Orez 30 g, Ceai	568	36.4 g	9.8 g	75.5 g	gluten

ENTEROCOLITĂ – SÂMBĂTĂ

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Unt 15 g, Cașcaval 70 g, Șuncă presată 70 g, Caș 70 g	785	38.5 g	40.8 g	54.8 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă zarzavat cu fidea și pui 400 ml, Rasol porc cu legume fierte 200/200 g	1105	60.3 g	25.7 g	145.0 g	gluten, ou
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui cu orez 200/150 g, Ceai	747	50.5 g	10.8 g	104.5 g	gluten

R4 GASTRIC – SÂMBĂTĂ

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Unt 15 g, Cașcaval 70 g, Șuncă presată 70 g, Caș 70 g	785	38.5 g	40.8 g	54.8 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă zarzavat cu fidea și pui 400 ml, Rasol porc cu legume fierte 200/200 g	1105	60.3 g	25.7 g	145.0 g	gluten, ou



Avizat dietetician

Cină	Pâine 100 g, Rasol pui cu orez 200/150 g, Ceai	747	50.5 g	10.8 g	104.5 g	gluten

HIPOSODAT – SÂMBĂTĂ

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Gem 20 g, Mușchi file 70 g, Iaurt 130 g, Ardei 70 g	692	31.0 g	19.4 g	95.1 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă varză 400 ml, Tocăniță cartofi + porc 250/100 g, Ardei copți 100 g, Măr 200 g	1185	40.7 g	31.8 g	181.2 g	gluten
Cină	Pâine 100 g, Rasol pui 150 g, Legume 130 g, Orez 30 g, Ceai	568	36.4 g	9.8 g	75.5 g	gluten

R2 DIABET – SÂMBĂTĂ

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine integrală 100 g, Unt 15 g, Salam 70 g, Mușchi file 70 g, Ardei 70 g, Iaurt 130 g, Caș 70 g, Cremă brânză 70 g	1010	52.0 g	45.2 g	92.7 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine integrală 100 g, Ciorbă varză 400 ml, Tocăniță cartofi + porc 250/100 g, Ardei copți 100 g, Măr 200 g	1130	42.0 g	28.2 g	178.0 g	gluten
Cină	Pâine integrală 100 g, Rasol pui 150 g, Legume 130 g, Orez 30 g, Ceai fără zahăr	498	31.8 g	6.1 g	69.5 g	gluten

DUMINICĂ



Avizat dietetician

COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Ceai 250 ml, Crenvurști 140/10 g, Ou 60 g, Roșii 120 g, Salată icre 70 g	812	34.5 g	34.3 g	89.1 g	gluten, ou, pește, lactoză, muștar
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă ardelenească porc 400 ml, Varză călită 150 g, Rasol porc 110 g, Cozonac 45 g	1180	48.0 g	34.2 g	162.0 g	gluten, lactoză, ou
Cină	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Salam de vară 70 g, Salată vinete 70 g, Măsline 50 g, Cașcaval 70 g	987	41.2 g	53.1 g	72.0 g	gluten, lactoză

ENTEROCOLITĂ – DUMINICĂ

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Unt 15 g, Crenvurști muștar 140/10 g, Parizer 70 g, Caș 70 g	823	37.1 g	41.8 g	56.0 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă zarzavat cu orez 400 ml, Rasol porc + sote morcov 200/200 g, Cozonac 45 g	1189	52.0 g	32.0 g	175.0 g	gluten, țelină
Cină	Pâine 100 g, Cașcaval 70 g, Șuncă presată 70 g, Bacon feliat 70 g, Ceai 250 ml	1041	48.7 g	62.5 g	42.0 g	lactoză, gluten

R4 GASTRIC – DUMINICĂ

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Avizat dietetician

Mic dejun	Pâine 100 g, Ceai 250 ml, Unt 15 g, Caşcaval 70 g, Parizer 70 g, Caș 70 g	785	38.5 g	40.8 g	54.8 g	gluten, lactoză
Prânz	Pâine 100 g, Supă zarzavat cu orez 400 ml, Rasol porc + sote morcov 200/200 g, Cozonac 45 g	1189	52.0 g	32.0 g	175.0 g	gluten
Cină	Pâine 100 g, Caşcaval 70 g, Șuncă presată 70 g, Ceai	760	41.5 g	37.5 g	41.0 g	gluten, lactoză

HIPOSODAT – DUMINICĂ

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100 g, Unt 15 g, Ceai 250 ml, Ou 60 g, Crenvurști 140/10 g, Roșii 120 g	748	33.3 g	31.5 g	84.0 g	gluten, ou
Prânz	Pâine 100 g, Ciorbă ardelenească porc 400 ml, Rasol porc 110 g, Varză călită 150 g, Cozonac 45 g	1140	48.0 g	28.7 g	165.0 g	gluten
Cină	Pâine 100 g, Șuncă presată 70 g, Salată vinete 70 g, Caș 70 g, Ardei 100 g, Ceai 250 ml	821	39.0 g	27.5 g	90.0 g	gluten, lactoză

R2 DIABET – DUMINICĂ

Masă	Preparat	Kcal	Proteine	Lipide	Glucide	Alergeni
Mic dejun	Pâine integrală 100 g, Unt 15 g, Salam 70 g, Crenvurști 140/10 g, Salată icre 70 g, Roșii 120 g, Ou 60 g, Iaurt 130 g	1045	51.2 g	48.5 g	94.1 g	gluten, ou, pește, lactoză



Avizat dietetician

Prânz	Pâine integrală 100 g, Ciorbă ardelenească porc 400 ml, Varză călită 150 g, Rasol porc 110 g, Măr 200 g	1087	45.3 g	24.2 g	175.0 g	gluten
Cină	Pâine integrală 100 g, Salată vinete 70 g, Șuncă presată 70 g, Pateu 100 g, Măsline 50 g, Cașcaval 70 g, Ceai 250 ml	1150	46.0 g	66.0 g	68.0 g	gluten, lactoză



Avizat dietetician