Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

23-29.11.2026

Covasna

LUNI 23.11 – COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70 g, vinete 70 g, caşcaval feliat 50 g, măsline, pâine 100 g, ceai	640	32	30	61	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400 g, paste Bolognese 250 g, pâine 100 g, mere	850	35	23	122	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g, rasol de porc 200 g, ceai, pâine 100 g	650	48	27	55	Gluten

LUNI 23.11 – DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70 g, vinete 70 g, caşcaval feliat 50 g, măsline, pâine 100 g, ceai	640	32	30	61	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400 g, paste Bolognese 250 g, pâine 100 g, mere	850	35	23	122	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g, rasol de porc 200 g, ceai, pâine 100 g	650	48	27	55	Gluten
Supliment	Șuncă 2 × 50 g, iaurt 1 buc.	250	21	16	7	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

23-29.11.2026

MARȚI 24.11 – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70 g, cremă de brânză 40 g, ou 1 buc., gem 1 buc., hrean, pâine 100 g, ceai	670	29	30	72	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g, papricaș de pui 200 g, garnitură de orez 100 g, salată, pâine 100 g, mere	850	44	27	108	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g, caș 100 g, kefir 1 buc.	480	23	27	37	Lapte

MARȚI 24.11 – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70 g, cremă de brânză 40 g, ou 1 buc., brânză topită 1 buc., pâine 100 g, ceai	700	34	37	59	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g, papricaș de pui 200 g, garnitură de orez 100 g, salată, pâine 100 g, mere	850	44	27	108	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g, caș 100 g, kefir 1 buc.	480	23	27	37	Lapte
Supliment	Unt 2 buc., parizer 70 g	360	9	35	3	Lapte; Gluten

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

23-29.11.2026

MIERCURI 25.11 – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g, caș 50 g, unt 1 buc., hrean, pâine 100 g, ceai	700	27	41	55	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g, sote de mazăre 120 g, rasol de porc 150 g, pâine 100 g, napolitane	920	45	34	110	Gluten; Lapte; Soia; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g, legume 150 g, orez 50 g, ceai, pâine 100 g	670	51	19	72	Gluten

MIERCURI 25.11 – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g, caș 50 g, unt 1 buc., hrean, pâine 100 g, ceai	700	27	41	55	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g, humus 120 g, rasol de porc 150 g, pâine 100 g, salată, napolitane dietetice	940	47	37	106	Gluten; Susan; Lapte; Soia; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g, legume 150 g, orez 50 g, ceai, pâine 100 g	670	51	19	72	Gluten
Supliment	Șuncă 70 g, iaurt 1 buc.	210	19	12	8	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

23-29.11.2026

JOI 26.11 – COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Crenvurști 120 g, muștar, caș 50 g, unt 1 buc., ceai, pâine 100 g	730	30	42	59	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g, escalop de porc cu ciuperci 200 g, piure 100 g, salată, mere, pâine 100 g	850	47	30	98	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g, ochiuri 1 buc., ceai, pâine 100 g	390	16	13	52	Gluten; Ou

JOI 26.11 – DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Crenvurști 120 g, muștar, caș 50 g, unt 1 buc., ceai, pâine 100 g	730	30	42	59	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g, escalop de porc cu ciuperci 200 g, piure 100 g, salată, mere, pâine 100 g	850	47	30	98	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g, ochiuri 1 buc., ceai, pâine 100 g	390	16	13	52	Gluten; Ou
Supliment	Salam 70 g, unt 2 buc.	370	14	34	2	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

23-29.11.2026

VINERI 27.11 – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g, crochet de cartofi 50 g, ou 1 buc., roșii, ceai, pâine 100 g	670	25	32	68	Gluten; Ou
Prânz	Supă de tăiței 400 g, rasol de porc 150 g, sote de fasole verde 150 g, mere, pâine 100 g	790	48	25	92	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g, varză călită 150 g, mămăligă 100 g, iaurt 1 buc.	680	53	27	55	Lapte

VINERI 27.11 – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g, crochet de cartofi 50 g, ou 1 buc., roșii, ceai, pâine 100 g	670	25	32	68	Gluten; Ou
Prânz	Supă de tăiței 400 g, rasol de porc 150 g, sote de fasole verde 150 g, mere, pâine 100 g	790	48	25	92	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g, varză călită 150 g, mămăligă 100 g, iaurt 1 buc.	680	53	27	55	Lapte
Supliment	Șuncă 70 g, unt 2 buc.	290	15	25	2	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

23-29.11.2026

SÂMBĂTĂ 28.11 – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Parizer 70 g, brânză de vaci 60 g, dulceață, unt 1 buc., ardei, pâine 100 g, ceai	690	24	33	76	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de zarzavat 400 g, papricaș de pui 200 g, macaroane 100 g, salată 100 g, pâine 100 g, mere	850	43	24	116	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g, rizi-bizi 150 g, ceai, pâine 100 g	680	42	23	72	Gluten

SÂMBĂTĂ 28.11 – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Parizer 70 g, brânză de vaci 60 g, caș 50 g, unt 1 buc., ardei, pâine 100 g, ceai	760	34	43	60	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de zarzavat 400 g, papricaș de pui 200 g, macaroane 100 g, salată 100 g, pâine 100 g, mere	850	43	24	116	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g, rizi-bizi 150 g, ceai, pâine 100 g	680	42	23	72	Gluten
Supliment	Iaurt 1 buc., șuncă 70 g	210	19	12	8	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

23-29.11.2026

DUMINICĂ 29.11 – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70 g, icre 40 g, ou 1 buc., caș 50 g, măsline, pâine 100 g, ceai	760	35	43	58	Gluten; Pește; Ou; Lapte
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g, cârnați la cuptor 120 g, varză călită 150 g, pâine 100 g, chec	920	32	42	105	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g, brânză de vaci 100 g, sana 1 buc.	480	25	22	43	Lapte

DUMINICĂ 29.11 – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70 g, icre 40 g, ou 1 buc., caș 50 g, măsline, pâine 100 g, ceai	760	35	43	58	Gluten; Pește; Ou; Lapte
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g, cârnați la cuptor 120 g, varză călită 150 g, pâine 100 g, chec	920	32	42	105	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g, brânză de vaci 100 g, sana 1 buc.	480	25	22	43	Lapte
Supliment	Salam 70 g, unt 2 buc.	390	14	36	2	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372