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.

29 iunie – 5 iulie 2026

Covasna

LUNI COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70g + Salată de vinete 70g + Cașcaval feliat 50g + Ardei 70g + Pâine 100g + Ceai	**815**	**31**	**46**	**67**	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400ml + Paste Bolognese 250g + Pâine 100g + Mere 200g	**1165**	**46**	**30**	**174**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150g + Rasol de porc 150g + Pâine 100g + Ceai	**790**	**44**	**27**	**88**	Gluten

LUNI DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70g + Salată de vinete 70g + Cașcaval feliat 50g + Ardei 70g + Pâine integrală 100g + Ceai	**835**	**32**	**46**	**71**	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400ml + Paste integrale Bolognese 250g + Pâine integrală 100g + Mere 200g	**1145**	**48**	**29**	**166**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150g + Rasol de porc 150g + Pâine integrală 100g + Ceai	**810**	**45**	**27**	**92**	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.

29 iunie – 5 iulie 2026

Supliment	Șuncă 100g + Iaurt 125g	**335**	**29**	**18**	**7**	Lapte

MARȚI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Mușchi file 70g + Cremă de brânză 40g + Ou 1 buc + Măsline 50g + Pâine 100g + Ceai	**765**	**35**	**35**	**60**	Gluten; Ou; Lapte
Prânz	Ciorbă de perișoare 400ml + Rasol de porc 150g + Varză călită 100g + Pâine 100g + Mere 200g	**1095**	**52**	**35**	**140**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100g + Caș 100g + Iaurt 125g	**505**	**30**	**19**	**50**	Lapte

MARȚI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Mușchi file 70g + Cremă de brânză 40g + Ou 1 buc + Măsline 50g + Pâine integrală 100g + Ceai	**785**	**36**	**35**	**64**	Gluten; Ou; Lapte
Prânz	Ciorbă de perișoare 400ml + Rasol de porc 150g + Varză călită 100g + Pâine integrală 100g + Mere 200g	**1115**	**53**	**35**	**144**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100g + Caș 100g + Iaurt 125g	**505**	**30**	**19**	**50**	Lapte
Supliment	Unt 20g + Șuncă 70g	**275**	**15**	**23**	**1**	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.

29 iunie – 5 iulie 2026

MIERCURI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști 140g + Muștar 10g + Caș 50g + Pâine 100g + Ceai	**835**	**35**	**45**	**66**	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă gulaș 400ml + Șnițel înăbușit 250g + Macaroane 100g + Salată 100g + Pâine 100g + Mere 200g	**1455**	**71**	**47**	**182**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de pui 200g + Legume 150g + Orez 50g + Ceai	**590**	**49**	**12**	**40**	—

MIERCURI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști 140g + Muștar 10g + Caș 50g + Unt 10g + Pâine integrală 100g + Ceai	**905**	**36**	**53**	**66**	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă gulaș 400ml + Șnițel înăbușit 250g + Mămăligă 100g + Salată 100g + Pâine integrală 100g + Mere 200g	**1355**	**69**	**45**	**156**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de pui 200g + Legume 150g + Orez 50g + Ceai	**590**	**49**	**12**	**40**	—
Supliment	Șuncă 70g + Chefir 330ml	**315**	**25**	**17**	**12**	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.

29 iunie – 5 iulie 2026

JOI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70g + Caș 50g + Zacuscă 100g + Ardei 70g + Pâine 100g + Ceai	**785**	**30**	**33**	**86**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă ardelenească 400ml + Escalop de porc 200g + Piure 100g + Salată 100g + Măr 200g + Pâine 100g	**1205**	**58**	**43**	**140**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 150g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100g + Ceai	**535**	**18**	**16**	**76**	Gluten; Ou

JOI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70g + Caș 50g + Zacuscă 100g + Ardei 70g + Pâine integrală 100g + Ceai	**805**	**31**	**33**	**90**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă ardelenească 400ml + Escalop de porc 200g + Piure 100g + Salată 100g + Măr 200g + Pâine integrală 100g	**1225**	**59**	**43**	**144**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 150g + Ochiuri 1 buc + Pâine integrală 100g + Ceai	**555**	**19**	**16**	**80**	Gluten; Ou
Supliment	Salam 70g + Unt 20g	**365**	**12**	**34**	**2**	Lapte

VINERI COMUN

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.

29 iunie – 5 iulie 2026

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70g + Ou 1 buc + Caș 50g + Castraveți 100g + Pâine 100g + Ceai	**735**	**34**	**29**	**60**	Gluten; Ou; Lapte
Prânz	Supă de tăiței 400ml + Rasol de porc 150g + Iahnie de fasole 150g + Salată 100g + Mere 200g + Pâine 100g	**1240**	**58**	**39**	**156**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200g + Varză călită 150g + Iaurt 125g	**585**	**52**	**24**	**22**	Lapte

VINERI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70g + Ou 1 buc + Caș 50g + Unt 10g + Pâine integrală 100g + Castraveți 100g + Ceai	**805**	**35**	**37**	**64**	Gluten; Ou; Lapte
Prânz	Supă de tăiței 400ml + Rasol de porc 150g + Iahnie de fasole 150g + Salată 100g + Mere 200g + Pâine integrală 100g	**1260**	**59**	**39**	**160**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200g + Varză călită 150g + Iaurt 125g	**585**	**52**	**24**	**22**	Lapte
Supliment	Salam 70g + Brânză de vaci 60g	**315**	**25**	**20**	**5**	Lapte

SÂMBĂTĂ COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**

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.

29 iunie – 5 iulie 2026

Mic dejun	Parizer 70g + Brânză de vaci 60g + Miere 20g + Roșii 100g + Pâine 100g + Ceai	**735**	**29**	**22**	**87**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă de varză 400ml + Papricaș de pui 180g + Piure 100g + Salată 100g + Pâine 100g	**1120**	**57**	**33**	**129**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150g + Rizi-bizi 150g + Pâine 100g + Ceai	**845**	**43**	**27**	**103**	Gluten

SÂMBĂTĂ DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Parizer 70g + Brânză de vaci 60g + Unt 10g + Roșii 100g + Pâine integrală 100g + Ceai	**765**	**31**	**30**	**63**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă de varză 400ml + Papricaș de pui 180g + Piure 100g + Salată 100g + Pâine integrală 100g	**1140**	**58**	**33**	**133**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150g + Rizi-bizi 150g + Pâine integrală 100g + Ceai	**865**	**44**	**27**	**107**	Gluten
Supliment	Iaurt 125g + Salam 70g	**305**	**20**	**20**	**6**	Lapte

DUMINICĂ COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**

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.

29 iunie – 5 iulie 2026

Mic dejun	Tobă 70g + Icre 40g + Ou 1 buc + Castraveți 100g + Pâine 100g + Ceai	**765**	**31**	**37**	**60**	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400ml + Cârnați la cuptor 120g + Varză călită 150g + Pâine 100g + Cozonac	**1315**	**45**	**52**	**166**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100g + Brânză de vaci 100g + Chefir 330ml	**505**	**30**	**16**	**57**	Lapte

DUMINICĂ DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70g + Icre 40g + Ou 1 buc + Castraveți 100g + Pâine integrală 100g + Ceai	**785**	**32**	**37**	**64**	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400ml + Cârnați la cuptor 120g + Varză călită 150g + Pâine integrală 100g + Cozonac	**1335**	**46**	**52**	**170**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100g + Brânză de vaci 100g + Chefir 330ml	**505**	**30**	**16**	**57**	Lapte
Supliment	Șuncă 70g + Pateu 50g	**365**	**18**	**31**	**4**	Gluten; Soia (urme)

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372