

APROB
COMANDANTUL S.C.M.U. CLUJ-NAPOCA
Colonel medic
Doina BALTARU

PLAN MENIU SĂPTĂMÂNAL
15.12.2025 - 21.12.2025

ZIUA		DIETE														
MASA	DIETA 2,10	DIETA 3, BSI	DIETA 4	DIETA 5	DIETA 6	DIETA 7A	DIETA 8	DIETA 8A	DIETA 9, BS2	DIETA 11	DIETA 12	DIETA 13	DIETA 14	DIETA 15		
LUNI	MIC DEJUN	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, cheifir, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ou fiert, cheifir, ceai neîndulcit	-pâine fără gluten, brânză mozzarella, ou fiert, cheifir, ceai	-pâine, unt, brânză mozzarella, ou fiert, cheifir, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ou fiert, cheifir, ceai neîndulcit	-pâine integrală, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, lapte, zahăr, ceai neîndulcit	-pâine fără sare, unt, brânză mozzarella, ou fiert, zahăr, ceai neîndulcit	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai	-pâine, unt, brânză mozzarella, ou fiert, miere, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai	-pâine integrală, unt, jambon din piept de curcan, brânză mozzarella, ouă ochiuri la cupor, roșii, biscuiți (pasirat)	-lapte, unt, brânză mozzarella, biscuiți (pasirat)		
	PRÂNZ	- ciorbă ardelenescă de vâcuță - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- supă cu găluște de orez și pui - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- supă cu fidea de orez și pui morcovi - piept de pui fiert	- supă cu găluște de gris - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- ciorbă ardelenescă de vâcuță - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- supă cu găluște de gris - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- ciorbă ardelenescă de vâcuță - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- ciorbă ardelenescă de vâcuță - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- ciorbă de legume - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- ciorbă de legume - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- ciorbă de legume - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- ciorbă ardelenescă de vâcuță - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- ciorbă ardelenescă de vâcuță - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	- supă cu găluște de gris pasirat - mămăligă cu locanță și pulpă de porc	
	CINĂ	- mămăligă cu locanță și pulpă de pui - pară, iaurt grecesc, ceai	- mămăligă cu locanță și pulpă de pui - orez - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- budință de mămăligă cu pastă de brânză - iaurt grecesc, ceai	- mămăligă cu locanță și pulpă de pui - iaurt grecesc, ceai	- mămăligă cu locanță și pulpă de brânză - pară, ceai	- mămăligă cu pastă de brânză, pară, ceai	- mămăligă cu locanță și pulpă de pui - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- mămăligă cu locanță și pulpă de pui - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- mămăligă cu locanță și pulpă de pastă de brânză, pară, ceai	- mămăligă cu locanță și pulpă de pastă de brânză, pară, ceai	- mămăligă cu locanță și pulpă de ciuperci, pară, ceai	- mămăligă cu locanță și pulpă de ciuperci, pară, ceai	- mămăligă cu locanță și pulpă de ciuperci, pară, ceai	- mămăligă cu pastă de brânză și iaurt grecesc (pasirat)	
	MIC DEJUN	-pâine, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ardei, ceai	-pâine, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, banană, ceai neîndulcit	-pâine fără gluten, brânză Făgăraș, ou fiert, banană, ceai neîndulcit	-pâine, unt, ou Făgăraș, banană, ceai	-pâine, unt, șuncă Praga, fiert, brânză Făgăraș, miere de albine, banană, ceai	-pâine, unt, ou Făgăraș, miere de albine, banană, ceai	-pâine integrală, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ardei, ceai neîndulcit	-pâine, unt, ou Făgăraș, brânză Făgăraș, ardei, ceai neîndulcit	-pâine, unt, șuncă Praga, fiert, brânză Făgăraș, biscuiți, ardei, ceai	-pâine, unt, ou Făgăraș, brânză Făgăraș, biscuiți, ardei, ceai	-pâine, com cu gem, banană, miere, gem, ceai	-pâine, unt, ou Făgăraș, ardei, ceai	-pâine integrală, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ouă ochiuri la cupor, măsline, ceai	-lapte, ouă, brânză Făgăraș, biscuiți, fără gluten	
MARTI	PRÂNZ	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu piept de pui - salată de varză	- supă cu zărește de ou - orez fiert cu morcovi - piept de pui fiert	- supă de pui cu legume și orez - orez fiert cu morcovi - piept de pui fiert	- supă cu zărește de ou - cartofi piure cu friptură din piept de pui	- supă cu zărește de ou - cartofi piure cu friptură din piept de pui	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	- supă cu zărește de ou - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	- supă cu zărește de ou - orez - cartofi piure cu friptură din piept de pui - salată de varză	
	CINĂ	- mâncare de mazare cu cârnați din șuncă, rondele de orez, napolitană Sly, ceai	- budință de gris - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- budință cu fidea de orez - iaurt, ceai neîndulcit	- budință de gris - iaurt grecesc, ceai	- budință de gris - iaurt grecesc, ceai	- budință de gris - iaurt grecesc, ceai	- mâncare de mazare cu cârnați din șuncă, rondele de orez, napolitană Sly, ceai neîndulcit	- mâncare de mazare cu cârnați din șuncă, rondele de orez, napolitană Sly, ceai neîndulcit	- mâncare de mazare cu cârnați din șuncă, rondele de orez, napolitană Sly, ceai neîndulcit	- mâncare de mazare cu cârnați din șuncă, rondele de orez, napolitană Sly, ceai neîndulcit	- mâncare de mazare cu cârnați din șuncă, rondele de orez, napolitană Sly, ceai neîndulcit	- mâncare de mazare cu cârnați din șuncă, rondele de orez, napolitană Sly, ceai neîndulcit	- mâncare de mazare cu cârnați din șuncă, rondele de orez, napolitană Sly, ceai neîndulcit	- budință de gris și iaurt	

DIETE

ZIUA	MASA	DIETA 2,10	DIETA 3,BS1	DIETA 4	DIETA 5	DIETA 6	DIETA 7	DIETA 7A	DIETA 8	DIETA 8A	DIETA 9,BS2	DIETA 11	DIETA 12	DIETA 13	DIETA 14	DIETA 15
	MIC DEJUN	- pâine, salată de vinete, roșii, iaurt grecesc, măsline, ceai	- pâine, unt, brânză presată, brânză Gouda, ou fiert, ceai	- rondele de orez, cheif, brânză telemea, ou fiert, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, iaurt grecesc, ceai	- pâine fără gluten, unt, brânză telemea, iaurt grecesc, biscuiți, gem, ceai	- pâine, salată de vinete, roșii, iaurt, ceai	- pâine, salată de vinete, roșii, iaurt, ceai	- pâine integrală, salată de vinete, roșii, iaurt grecesc, măsline, ceai	- pâine fără sare, salată de vinete, roșii, iaurt, ceai	- pâine, salată de vinete, roșii, iaurt, ceai	- pâine, salată de vinete, roșii, iaurt grecesc, ceai	- pâine, salată de vinete, roșii, măsline, ceai	- pâine, salată de vinete, roșii, iaurt, ceai	- pâine integrală, salată de vinete, roșii, iaurt grecesc, măsline, ceai	- cheif, ouă, brânză telemea
	MIC DEJUN	- supă cremă de linte roșie și cartofi dulci cu crutoane														
	PRÂNZ	- cus-cus cu legume mexicane și piept de curcan și piept de sticlă roșie	- supă de pui cu legume și orez morcovi	- supă de pui cu legume și orez morcovi	- supă de pui cu legume și orez morcovi	- supă de pui cu legume și orez morcovi	- salată de sticlă roșie	- salată de sticlă roșie	- supă cremă de linte roșie și cartofi dulci	- supă cremă de linte roșie și cartofi dulci	- supă cremă de linte roșie și cartofi dulci	- supă cremă de linte roșie și cartofi dulci	- supă cremă de linte roșie și cartofi dulci	- supă cremă de linte roșie și cartofi dulci	- supă cremă de linte roșie și cartofi dulci	- supă de pui cu legume și orez morcovi
	CINĂ	- paste făinoase cu nucă și pesmet, banană - ceai	- paste făinoase cu brânză neindulcit	- paste de orez cu brânză neindulcit	- paste făinoase cu brânză neindulcit	- paste făinoase cu nucă și pesmet	- paste făinoase cu brânză neindulcit	- paste făinoase cu brânză neindulcit	- paste integrale cu brânză neindulcit	- paste făinoase cu nucă și pesmet	- paste făinoase cu nucă și pesmet	- paste făinoase cu nucă și pesmet	- paste de orez cu nucă și pesmet	- paste cu nucă și ciuperci în sos alb	- paste cu piept de pui și ciuperci în sos alb	- paste făinoase cu brânză
	MIC DEJUN	- pâine, unt, mușchi file, cascaval, cheif, ceai	- pâine, unt, mușchi file, cascaval, biscuiți, ceai	- pâine fără gluten, cremă de brânză, ou fiert, brânză Făgăraș, cascaval, ceai	- pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, biscuiți, gluten, ceai	- pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, biscuiți fără gluten, ceai	- pâine, unt, ou fiert, brânză mușchi file, cascaval, gem, ceai	- pâine, unt, ou fiert, brânză mușchi file, cascaval, cheif, ceai	- pâine integrală, unt, mușchi file, cascaval, cheif, ceai	- pâine fără sare, unt, ou fiert, brânză cascaval, gem, ceai	- pâine, unt, salam presat, Făgăraș, pară, ceai	- pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, pară, ceai	- pâine, biscuiți, pară, gem, miere, ceai	- pâine, cremă de brânză, ou fiert, brânză Făgăraș, gem, ceai	- pâine integrală, unt, mușchi file, cascaval, roșii, ouă ochiuri la cupior, ceai	- biscuiți, brânză Făgăraș, lapte, gem, unt
	PRÂNZ	- ciorbă de varză - garnitură de cartofi tălănești cu broccoli și morcovi baby	- supă de pui cu fică	- supă de legume și orez	- supă de pui cu fică	- supă de pui cu fică	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi	- ciorbă de varză - cartofi
	CINĂ	- mâncare de fasole păstai cu friptură din coțlet de porc	- sote de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- bucină de orez - banană, ceai neindulcit	- bucină de orez - iaurt, ceai	- sote de fasole păstai - friptură din coțlet de porc, iaurt grecesc, ceai	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- mâncare de fasole păstai - friptură din coțlet de porc	- sote de fasole păstai cu friptură din coțlet de porc
	MIC DEJUN	- pâine, unt, jambon din piept de curcan, brânză de vacă, cheif, biscuiți fără gluten, ceai	- pâine, unt, jambon din piept de curcan, brânză de vacă, cheif, iaurt, ceai	- rondele de orez, cremă de brânză, ou fiert, brânză de vacă, cheif, ceai	- pâine, cremă de brânză, ou fiert, brânză de vacă, cheif, ceai	- pâine, cremă de brânză, ou fiert, brânză de vacă, biscuiți fără gluten, ceai	- pâine, unt, jambon din piept de curcan, brânză de vacă, gem, ceai	- pâine, unt, jambon din piept de curcan, brânză de vacă, gem, ceai	- pâine integrală, cremă de brânză, ou fiert, brânză de vacă, biscuiți, cheif, ceai	- pâine fără sare, cremă de brânză, ou fiert, brânză de vacă, biscuiți, cheif, ceai	- pâine, unt, jambon din piept de curcan, brânză de vacă, gem, ceai	- pâine, unt, ou fiert, brânză de vacă, gem, ceai	- pâine, biscuiți, clementine, gem, miere, ceai	- pâine, unt, jambon din piept de curcan, brânză de vacă, gem, ceai	- pâine integrală, unt, biscuiți fără gluten, ceai	- lapte, biscuiți fără gluten, brânză de vacă, unt

DIETE

ZIUA	MASA	DIETA 2,10	DIETA 3, BSI	DIETA 4	DIETA 5	DIETA 6	DIETA 7	DIETA 7A	DIETA 8	DIETA 8A	DIETA 9, BS2	DIETA 11	DIETA 12	DIETA 13	DIETA 14	DIETA 15
VINERI			- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez	- supă de zdrenele de ou cu piept de pui și orez
	PRÂNZ	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc	- mămăligă cu tocăniță și cotlet de porc
	CINĂ	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- garnitură de orez cu friptură din pulă de pui	- orez fiert cu morcovi și pulă de pui	- garnitură de orez cu friptură din pulă de pui	- garnitură de orez cu friptură din pulă de pui	- garnitură de orez cu friptură din pulă de pui	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- ghiveci de legume cu chiflele din năut	- carotă aurii cu chiflele din năut și salată de castraveți murăți
SÂMBĂȚĂ																
	PRÂNZ	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă de pui cu legume și orez	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris
	CINĂ	- com cu gem, brânză Făgăraș, paie din ficat, roșii	- com cu gem, brânză Făgăraș, suncă Praga, banană	- rondele de orez, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană	- com cu gem, brânză Făgăraș, banană
DUMINICĂ																
	MIC DEJUN	- pâine, unt, mușchi file, brânză telemea, biscuiți fără gluten, gem, ceai	- pâine, unt, mușchi file, brânză telemea, biscuiți fără gluten, gem, ceai	- rondele de orez, chefir, ou fiert, brânză telemea, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți, gem, ceai
	PRÂNZ	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de legume și orez	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea	- supă de pui cu fideea
CINĂ																

Întocmit
Dietician

3 din 3

Văzut

Director administrativ

