

APROB
COMANDANTUL S.C.M. CLUJ-NAPOCA
Colonel medic

PLAN MENIU SĂPTĂMÂNAL

SĂPTĂMÂNĂ 17.11.2025 - 23.11.2025

ZIUA	MASA	DIETE													DIETA 15
		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	
LUNI	MIC DEJUN	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, chefir, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, chefir, ceai	-rondele de orez, brânză mozzarella, ou fiert, chefir, ceai neîndulcit	-pâine, cremă de brânză, brânză mozzarella, ou fiert, chefir, ceai	-pâine, unt, brânză mozzarella, ou fiert, chefir, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai	-pâine integrală, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, lapte, napolitană fără zahăr	-pâine fără sare, unt, brânză mozzarella, ou fiert, napolitană fără neîndulcit	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai	-pâine, unt, brânză mozzarella, ou fiert, miere, biscuiți fără gluten, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, miere de albine, ceai cherry, ceai	-pâine integrală, unt, jambon din piept de curcan, brânză mozzarella, ouă ochiuri la cuptor, roșii cherry, ceai	-lapte, unt, brânză mozzarella, biscuiți (pasirat)	
	PRÂNȚ	- ciorbă ardelenască de vâcuță	- supă cu găluște de orez și pui	- supă cu găluște de gris	- supă cu găluște de gris	- pilaf de orez cu ciuperci și piept de pui	- pilaf de orez cu ciuperci și piept de pui	- ciorbă ardelenască de vâcuță	- ciorbă ardelenască de vâcuță	- pilaf cu ciuperci și piept de pui	- pilaf de orez cu ciuperci	- supă cu fidea de orez	- ciorbă ardelenască de vâcuță	- ciorbă ardelenască de vâcuță	- supă cu găluște de gris (pasirat)
	CINĂ	- mămăligă cu tocăniță și pulpă de pui	- mămăligă cu pastă de brânză	- budincă de orez	- mămăligă cu pastă de brânză	- mămăligă cu pastă de pui	- mămăligă cu pastă de brânză	- mămăligă cu pastă de brânză	- mămăligă cu tocăniță și pulpă de pui	- mămăligă cu tocăniță și pulpă de pui	- mămăligă cu pastă de brânză, pară, ceai	- mămăligă cu pastă de brânză, pară, ceai	- mămăligă cu tocăniță de ciuperci	- mămăligă cu tocăniță și pulpă de pui	- mămăligă cu pastă de brânză și iaurt grecesc (pasirat)
MARTI	MIC DEJUN	-pâine, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ardei, ceai	-pâine, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, banană, ceai neîndulcit	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, banană, ceai	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, banană, ceai	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, ardei, ceai	-pâine, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ardei, ceai neîndulcit	-pâine integrală, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ardei, ceai neîndulcit	-pâine fără sare, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, clementine, ceai neîndulcit	-pâine, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ardei, ceai	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, biscuiți, ardei, ceai	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, ardei, ceai	-pâine integrală, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ouă ochiuri la cuptor, măsline, ceai	-lapte, ouă, brânză Făgăraș, biscuiți fără gluten	
	PRÂNȚ	- ciorbă de pui a la grec	- supă cu zdronețe de ou	- supă de pui cu legume și orez	- supă cu zdronețe de ou	- ciorbă de pui a la grec	- ciorbă de pui a la grec	- ciorbă de pui a la grec	- ciorbă de pui a la grec	- ciorbă de pui a la grec	- ciorbă de pui a la grec	- ciorbă de pui a la grec	- ciorbă de pui a la grec	- ciorbă de pui a la grec	- supă cu zdronețe de ou
	CINĂ	- mâncare de mazăre cu cârnați din șuncă, napolitană Sly, ceai	- budincă de gris	- budincă de orez	- budincă de gris	- budincă de orez	- budincă de orez	- budincă de orez	- mâncare de mazăre cu cârnați din șuncă	- mâncare de mazăre cu cârnați din șuncă	- mâncare de mazăre cu cârnați din șuncă	- mâncare de mazăre	- mâncare de mazăre de pui	- mâncare de mazăre cu cârnați din șuncă	- budincă de gris și iaurt
MIERCURI	MIC DEJUN	-pâine, salată de vinete, roșii cherry, iaurt grecesc, măsline, ceai	-pâine, unt, șuncă presată, brânză Gouda, ou fiert, ceai	-rondele de orez, chefir, brânză telemea, ou fiert, ceai neîndulcit	-pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, iaurt grecesc, ceai	-pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, iaurt grecesc, ceai	-pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, iaurt grecesc, ceai	-pâine integrală, salată de vinete, roșii cherry, iaurt grecesc, măsline, ceai	-pâine fără sare, salată de vinete, roșii cherry, iaurt, ceai neîndulcit	-pâine, salată de vinete, roșii cherry, iaurt, ceai	-pâine, salată de vinete, roșii cherry, iaurt grecesc, ceai	-pâine, salată de vinete, roșii cherry, iaurt, ceai	-pâine integrală, salată de vinete, roșii cherry, iaurt grecesc, măsline, ceai	- chefir, ouă, brânză telemea	

ZIUA	MASA	DIETE													DIETA 14	DIETA 15	
		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			
SĂMBĂȚĂ	CINĂ	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- garnitură de orez cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai neîndulcit	- orez fiert cu morcovi și pulpă de pui - banană, ceai neîndulcit	- garnitură de orez cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- garnitură de orez cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - clementine, ceai neîndulcit	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - clementine, ceai neîndulcit	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - clementine, ceai neîndulcit	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - clementine, ceai	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - clementine, ceai	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- cartofi aurii cu friptură din pulpă de pui și salată de castraveți murați - clătite cu brânză de vacă și stafide, ceai		
	MIC DEJUN	- pâine, unt, șuncă presată, brânză Gouda, măr, gem, ardei, ceai	- pâine, unt, șuncă presată, brânză Gouda, ou fiert, ceai	- biscuiți fără gluten, brânză, mozzarella, ou fiert, iaurt, ceai neîndulcit	- pâine, cremă de brânză, brânză, mozzarella, ou fiert, iaurt, ceai	- pâine, unt, brânză, mozzarella, ou fiert, iaurt, gem, ceai	- pâine, unt, șuncă presată, brânză Gouda, ardei, ceai neîndulcit	- pâine integrală, unt, șuncă presată, brânză Gouda, ardei, ceai neîndulcit	- pâine, unt, șuncă presată, brânză Gouda, ardei, ceai neîndulcit	- pâine, unt, șuncă presată, brânză Gouda, ardei, ceai	- pâine, unt, brânză, mozzarella, ou fiert, gem, ardei, ceai	- pâine, unt, brânză, mozzarella, ou fiert, ardei, ceai	- pâine, unt, brânză, mozzarella, ou fiert, ardei, ceai	- pâine integrală, cremă de brânză, șuncă presată, brânză Gouda, ardei, ouă ochiuri la cuptor, gem, ceai	- lapte, iaurt, ou fiert, brânză mozzarella, unt		
	PRÂNZ	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui	- supă de pui cu legume și orez - budinecă de orez	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui	- supă cremă de linte roșie cu crutoane - salată orientală vegetariană	- supă cremă de linte roșie cu crutoane - salată orientală vegetariană	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi pure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- cartofi pure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	
DUMINICĂ	CINĂ	- corn cu gem, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, șuncă Praga, banană - ceai	- rondele de orez, brânză Făgăraș, banană - ceai neîndulcit	- rondele de orez, brânză Făgăraș, banană - ceai	- corn cu gem, rondele de orez, brânză Făgăraș, banană - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- croissant cu unt, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai neîndulcit	- corn cu gem, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, jambon din piept de curcan, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, jambon din piept de curcan, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, jambon din piept de curcan, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, ficat, roșii cherry, napolitană Sly - ceai	- brânză Făgăraș, ou fiert, unt, lapte	
	MIC DEJUN	- pâine, unt, mușchi file, brânză telemea, biscuiți fără gluten, gem, ceai	- pâine, unt, mușchi file, brânză telemea, ceai	-rondele de orez, chefir, brânză telemea, ou fiert, ceai neîndulcit	-pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, chefir, ceai	-pâine, unt, brânză telemea, ou fiert, biscuiți fără gluten, gem, ceai	-pâine, unt, mușchi file, brânză telemea, ou fiert, chefir, ceai	-pâine integrală, unt, mușchi file, brânză telemea, roșii cherry, ceai neîndulcit	-pâine integrală, unt, mușchi file, brânză telemea, roșii cherry, ceai neîndulcit	-pâine, unt, mușchi file, brânză telemea, roșii cherry, ceai	-pâine, biscuiți, mășline negre, gem, miere, ceai	-pâine, unt, jambon din piept de curcan, brânză telemea, ceai	-pâine, unt, jambon din piept de curcan, brânză telemea, ceai	-pâine integrală, unt, mușchi file, cașcaval, gem, ouă ochiuri la cuptor, roșii cherry, ceai	-lapte, iaurt, ou fiert, brânză telemea, unt		
	PRÂNZ	- supă de pui cu fidea - orez - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - orez - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - orez fiert cu morcovi - piept de pui fiert	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de legume și orez - varză călită	- supă de legume și orez - varză călită	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fidea - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui
	CINĂ	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, iaurt - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, iaurt - ceai	- biscuiți fără gluten, brânză de vacă, banană, ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză de vacă, banană, iaurt - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, banană, iaurt - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, napolitană fără zahăr - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, roșii cherry, clementine - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, roșii cherry, clementine - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, iaurt - ceai	- croissant cu unt, brânză Făgăraș, conservă de ton, napolitană fără zahăr, banană - ceai neîndulcit	- brânză de vacă, banană, biscuiți fără gluten, lapte		

Văzut
Director administrativ

Întocmit
Dietetician
4. Chitorean Mădălin
medicinist-dietetician
cod: 100578