

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

PLAN MENIU SĂPTĂMÂNAL

SĂPTĂMÂNĂ 20.10.2025 - 26.10.2025

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
LUNI	MIC DEJUN	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, chefir, ceai	-pâine, unt, brânză mozzarella, fiert, chefir, ceai neîndulcit	-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, biscuiți fără gluten, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai neîndulcit	-pâine integrală, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, lapte, zăhăr, ceai neîndulcit	-pâine fără sare, unt, brânză mozzarella, ou fiert, napolitană fără zăhăr, ceai neîndulcit	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai	-pâine, unt, brânză mozzarella, ou fiert, miere, biscuiți fără gluten, ceai	-pâine, unt, brânză mozzarella, ou fiert, miere, gem, banană, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai	-pâine integrală, unt, jambon din piept de curcan, brânză mozzarella, ouă ochiuri la cuptor, roșii cherry, ceai	-pâine, unt, șuncă din piept de pui, brânză mozzarella, ceai	-pâine integrală, unt, lapte, unt, brânză mozzarella, biscuiți (pastiră)
	PRÂNZ	- ciorbă ardelenească de vâcuță - piraf de orez cu ciuperci și piept de pui - salată de varză roșie	- supă cu găluște de orez și pui - piraf de orez cu grîs - piept de pui fiert	- supă cu fidea de orez și pui - orez fiert cu morcovi - piept de pui fiert	- supă cu găluște de grîs - piraf de orez cu pișci de pui	- supă cu găluște de grîs - piraf de orez cu pișci de pui	- ciorbă ardelenească de vâcuță - piraf de orez cu ciuperci și piept de pui - salată de varză roșie	- ciorbă ardelenească de vâcuță - piraf de orez cu ciuperci și piept de pui - salată de varză roșie	- ciorbă ardelenească de vâcuță - piraf de orez cu ciuperci și piept de pui - salată de varză roșie	- ciorbă ardelenească de vâcuță - piraf de orez cu ciuperci și piept de pui - salată de varză roșie	- ciorbă ardelenească de vâcuță - piraf de orez cu ciuperci și piept de pui - salată de varză roșie	- supă cu găluște de grîs - piraf de orez cu ciuperci - salată de varză roșie	- supă cu fidea de orez - piraf de orez cu ciuperci - salată de varză roșie	- ciorbă ardelenească de vâcuță - piraf de orez cu ciuperci și piept de pui - salată de varză roșie	- ciorbă ardelenească de vâcuță - gămărită de orez cu ciuperci și grătar din piept de pui (pastiră)	- supă cu găluște de grîs - piraf de orez cu pișci de pui (pastiră)
	CINĂ	-mămăligă cu tocană și pulă de pui - pară, iaurt grecesc, ceai	- mămăligă cu pastă de brânză - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- budință de orez - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- mămăligă cu pastă de brânză - iaurt grecesc, ceai	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - iaurt grecesc, ceai	- mămăligă cu pastă de brânză, pară, ceai neîndulcit	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - pară, ceai neîndulcit	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - pară, ceai neîndulcit	- mămăligă cu pastă de brânză, pară, ceai	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - pară, ceai	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - pară, ceai	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - pară, ceai	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - pară, ceai	- mămăligă cu tocană și pulă de pui - pară, ceai
	MIC DEJUN	-pâine, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, banană, roșii cherry, ceai	-pâine, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, banană, ceai neîndulcit	-pâine fără gluten, brânză Făgăraș, ou fiert, banană, ceai neîndulcit	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, banană, ceai	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, miere de albine, banană, ceai	-pâine, unt, șuncă Praga, fiert, brânză Făgăraș, măr, roșii cherry, ceai neîndulcit	-pâine integrală, unt, șuncă Praga, fiert, brânză Făgăraș, roșii cherry, ceai neîndulcit	-pâine fără sare, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, roșii cherry, ceai neîndulcit	-pâine, unt, șuncă Praga, fiert, brânză Făgăraș, roșii cherry, ceai neîndulcit	-pâine, unt, șuncă Praga, fiert, brânză Făgăraș, roșii cherry, ceai	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, biscuiți, roșii cherry, ceai	-pâine, corn cu gem, banană, miere, roșii cherry, ceai	-pâine, unt, ou fiert, brânză Făgăraș, roșii cherry, ceai	-pâine integrală, unt, șuncă Praga, brânză Făgăraș, ouă ochiuri la cuptor, roșii cherry, ceai	-lapte, ouă, brânză Făgăraș, biscuiți fără gluten
MARTI	PRÂNZ	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu pulă de pui - salată de varză	- supă cu zărente de ou - cartofi piure cu morcovi - piept de pui fiert	- supă de pui cu legume și orez - orez fiert cu morcovi - piept de pui fiert	- supă cu zărente de ou - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui	- supă cu zărente de ou - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- supă cu zărente de ou - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- ciorbă de pui a la grec - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui - salată de varză	- supă cu zărente de ou - cartofi piure cu fripătură din pulă de pui
	CINĂ	- mâncare de mazăre cu cârnați cu șuncă - orez, napolitană Sily, ceai	- budință de grîs - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- budință cu fidea de orez - iaurt, ceai neîndulcit	- budință de grîs - iaurt grecesc, ceai	- budință de grîs - iaurt grecesc, ceai	- budință de grîs - iaurt grecesc, ceai	- mâncare de mazăre cu piept de pui - iaurt, ceai neîndulcit	- mâncare de mazăre cu piept de pui - iaurt grecesc, ceai neîndulcit	- mâncare de mazăre cu piept de pui - iaurt, ceai neîndulcit	- mâncare de mazăre cu piept de pui - iaurt, ceai neîndulcit	- mâncare de mazăre cu piept de pui - iaurt, ceai neîndulcit	- mâncare de mazăre cu piept de pui - iaurt, ceai neîndulcit	- mâncare de mazăre cu piept de pui - iaurt, ceai neîndulcit	- mâncare de mazăre cu piept de pui - iaurt, ceai neîndulcit	- budință de grîs

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	
	CINĂ	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- garnitură de orez cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- 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 - banană, ceai	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - măr, ceai neîndulcit	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - măr, ceai neîndulcit	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai neîndulcit	- 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	- ghiveci de legume cu friptură din pulpă de pui - banană, ceai	- cartofi aurii cu friptură din pulpă de pui și salată de castraveți murați - cilitic cu brânză de vacă și stafide, ceai	- piuf de orez cu pulpă de pui	
	MIC DEJUN	- pâine, unt, șuncă Praga, brânză mozzarella, măr, gem, ceai	- pâine, unt, șuncă Praga, brânză mozzarella, ou fiert, ceai	- biscuiți fără gluten, brânză mozzarella, ou fiert, iaurt, ceai neîndulcit	- pâine, cremă de brânză, mozzarella, ou fiert, iaurt, ceai	- pâine, unt, brânză șuncă Praga, mozzarella, ceai	- pâine, cremă de brânză, mozzarella, ou fiert, măr, ceai neîndulcit	- pâine integrală, unt, șuncă Praga, brânză mozzarella, măr, ceai neîndulcit	- pâine fără sare, unt, ou fiert, brânză mozzarella, măr, ceai neîndulcit	- pâine, unt, șuncă Praga, brânză mozzarella, ceai	- pâine, unt, brânză mozzarella, ou fiert, gem, ceai	- pâine, biscuiți, măr, gem, miere, ceai	- pâine, biscuiți, măr, gem, miere, ceai	- pâine, unt, brânză mozzarella, ou fiert, ge, ceai	- pâine integrală, cremă de brânză, șuncă Praga, brânză mozzarella, măr, ouă ochiuri la cuptor, gem, ceai	- lapte, iaurt, ou fiert, brânză mozzarella, unt	
	PRÂNZ	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui	- supă de pui cu legume și orez - budnăcă de orez	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză	- supă cu găluște de gris - cartofi piure cu friptură din pulpă de pui - salată de varză
	CINĂ	- corn cu gem, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, șuncă presată, banană - ceai	- rondele de orez, brânză Făgăraș, banană - ceai neîndulcit	- rondele de orez, brânză Făgăraș, banană - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- croissant cu unt, brânză Făgăraș, rondele de orez, napolitană Sly - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză Făgăraș, napolitană Sly, roșii cherry - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- 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, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry - ceai	- corn cu gem, brânză Făgăraș, pate din ficat, roșii cherry, napolitană Sly - ceai	- brânză Făgăraș, ou fiert, unt, lapte	
	MIC DEJUN	- pâine, unt, mușchi file, brânză telmea, biscuiți fără gluten, gem, ceai	- pâine, unt, mușchi file, brânză telmea, ceai	- rondele de orez, chefir, brânză telmea, ou fiert, ceai neîndulcit	- pâine, unt, brânză telmea, biscuiți fără gluten, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telmea, biscuiți fără gluten, gem, ceai	- pâine, unt, brânză telmea, biscuiți fără gluten, gem, ceai	- pâine integrală, unt, mușchi file, brânză telmea, ou fiert, chefir, roșii cherry, ceai neîndulcit	- pâine, unt, brânză telmea, roșii cherry, ceai neîndulcit	- pâine, unt, brânză telmea, roșii cherry, ceai neîndulcit	- pâine, unt, brânză telmea, roșii cherry, ceai neîndulcit	- pâine, unt, ou fiert, brânză telmea, gem, roșii cherry, -ceai	- pâine, biscuiți, masline negre, gem, miere, ceai	- pâine, biscuiți, masline negre, gem, miere, ceai	- pâine, unt, mușchi file, jambon din piept de curcan, brânză telmea, ceai	- pâine integrală, unt, mușchi file, cascaval, gem, ouă ochiuri la cuptor, roșii cherry, ceai	- lapte, iaurt, ou fiert, brânză telmea, unt
	PRÂNZ	- supă de pui cu fică - varză a la Cluj	- supă de pui cu garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de legume și orez - orez fiert cu morcovi - piept de pui fiert	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză a la Cluj	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză a la Cluj	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză a la Cluj	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză a la Cluj	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză a la Cluj	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză a la Cluj	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză a la Cluj	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză cilită	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui - varză cilită	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui	- supă de pui cu fică - cartofi aurii cu grătar din piept de pui - castraveți murați	- supă de pui cu fică - garnitură de cus-cus cu friptură din piept de pui
	CINĂ	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, banană, 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, iaurt, măr - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană, iaurt, măr - ceai neîndulcit	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, banană, iaurt - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană, iaurt - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană, iaurt - ceai	- croissant cu unt, brânză de vacă, conservă de ton, banană, iaurt - ceai	- croissant cu unt, brânză Făgăraș, conservă de ton, napolitană fără zahăr, banană - ceai neîndulcit	- brânză de vacă, banană, biscuiți fără gluten, lapte	

Înocent
Dietician
Nutriționiștii
Cod: 100578
Chorean Mădălina

Văzut
Director administrativ
Col.
Mihalache Dan - Ștefan

