

Plan de Meniu - Săptămâna 1 -

Anexa la Caietul de sarcini

Săptămâna 1	Luni	Marti	Miercuri	Joi	Vineri
Prânz Aprox 500 kcal <i>Pâine din făina integrală 40g</i>	Copănel de pui cu orez sărbesc 200g <i>Aprox 350 kcal</i> (carne de pui, orez, roșii, condimente, sare, ulei) (gluten, lactoză)	Musaca din carne (de vita/pui, legume și cartofi, roșii, ceapă, condimente) 200g , <i>aprox 330kcal</i> (gluten, ou, lactoză)	Tocăniță de legume cu pui și mămăliguță (carne, ceapă, ardei, pătrunjel, mălai) (gluten, ou, lactoză) (100g + 100g) <i>,aprox 300 kcal</i>	Pulpa de curcan cu piure de cartofi (lactoză) 200g, <i>aprox 350 kcal</i>	Pește alb la cuptor cu cartofi natur (pește dezosat, cartofi, unt, verdeață, sare, lactoză) 100g + 100g, <i>aprox 300 kcal</i>

