

LUNI, 20.10.2025

REGIM	MIC DEJUN	PRÂNZ	CINĂ
ULCER & COLECIST	Măr copt (1 buc ~ 150–200 g): 85–90 kcal/100 g Brânză de vaci: (50 g): 245 kcal/100 g Iaurt (140 g): 59 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Orez cu piept de pui (300 g): 120-150 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Biscuiți Croco (100 g): 455 kcal/100 g	Mămăligă cu brânză de vaci (250 g): ~110-140 kcal /100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g
1A COMUN	Șuncă (50 g): 94 kcal/100 g Brânză de vaci: (50 g): 245 kcal/100 g Ou fiert (1 buc ~ 80 g): 149 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Friptură de porc la tavă cu pilaf de orez (300 g): 180-220 kcal/100 g Salată de varză (100 g): 25 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Măr (1 buc. ~ 200 g): 52 kcal/100 g	Mămăligă cu brânză de burduf (250 g): ~150-180 kcal /100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g
REGIM FĂRĂ SARE	Ou fiert (1 buc ~ 80 g): 149 kcal/100 g Brânză de vaci: (50 g): 245 kcal/100 g Unt (16 g): 760kcal/100 g Pâine fără sare (100 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Friptură de porc la tavă cu pilaf de orez (300 g): 180-220 kcal/100 g Salată de varză (100 g): 25 kcal/100 g Pâine fără sare (100 g): 313 kcal/100 g Măr (1 buc. ~ 200 g): 52 kcal/100 g	Mămăligă cu brânză de vaci (250 g): ~110-140 kcal /100 g Pâine fără sare (100 g): 313 kcal/100 g
3-18 ANI 1A COMUN	Șuncă (50 g): 94 kcal/100 g Brânză de vaci: (50 g): 245 kcal/100 g Ou fiert (1 buc ~ 80 g): 149 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Friptură de porc la tavă cu pilaf de orez (300 g): 180-220 kcal/100 g Salată de varză (100 g): 25 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Măr (1 buc. ~ 200 g): 52 kcal/100 g	Mămăligă cu brânză de burduf (250 g): ~150-180 kcal /100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g

1B ÎNSOȚITORI	Șuncă (50 g): 94 kcal/100 g Brânză de vaci: (50 g): 245 kcal/100 g Ou fiert (1 buc ~ 80 g): 149 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Friptură de porc la tavă cu pilaf de orez (300 g): 180-220 kcal/100 g Salată de varză (100 g): 25 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Măr (1 buc. ~ 200 g): 52 kcal/100 g	Mămăligă cu brânză de burduf (250 g): ~150-180 kcal /100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g
6A DIABET (REGIM)	Șuncă (100 g): 94 kcal/100 g Brânză de vaci: (50 g): 245 kcal/100 g Ou fiert (1 buc ~ 80 g): 149 kcal/100 g Castraveți (100–150 g): 12 – 15 kcal/100 g / Ardei (100–150 g): 37 kcal/100 g Pâine (50 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Friptură de porc la tavă cu pilaf de orez (300 g): 180-220 kcal/100 g Salată de varză (100 g): 25 kcal/100 g Pâine (50 g): 313 kcal/100 g Iaurt (140 g): 59 kcal/100 g	Mămăligă cu brânză de vaci (250 g): ~110-140 kcal /100 g Pâine (50 g): 313 kcal/100 g Brânză Făgăraș (185 g): 116 kcal/100 g
COLITE (DIAREE) PEDIATRIE	Măr copt (1 buc ~ 150–200 g): 85–90 kcal/100 g Ou fiert (1 buc ~ 80 g): 149 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Orez cu piept de pui (300 g): 120-150 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Biscuiți Croco (100 g): 455 kcal/100 g	Mămăligă cu ou fiert (250 g): 121 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Stiksuri (40 g): 403 kcal /100 g
COLITE (DIAREE) MEDICINĂ INTERNĂ	Măr copt (1 buc ~ 150–200 g): 85–90 kcal/100 g Ou fiert (1 buc ~ 80 g): 149 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Orez cu piept de pui (300 g): 120-150 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Biscuiți Croco (100 g): 455 kcal/100 g	Mămăligă cu ou fiert (250 g): 121 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Stiksuri (40 g): 403 kcal /100 g
GARDĂ	Cașcaval (50 g): 274 kcal/100 g Omletă (100 – 150 g): 149 kcal/100 g Roșie (100 g): 18 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Ceai (200 ml): 0 kcal/100 g	Supă cremă de legume (350 – 400 g): 45-60 kcal/100 g Friptură de porc la tavă cu pilaf de orez (300 g): 180-220 kcal/100 g Salată de varză (100 g): 25 kcal/100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g Măr (1 buc. ~ 200 g): 52 kcal/100 g	Mămăligă cu brânză de burduf (250 g): ~150-180 kcal /100 g Pâine (100 g): 313 kcal/100 g