

LACTO-VEGETARIAN IMBUNATATIT (67lei)

Saptamana 2	LUNI	MARTI	MIERCURI	JOI	VINERI	SAMBATA	DUMINICA
Mic dejun	Ceai 200ml,unt 10g,gem 20g,cremă almette 150g,telemea de oaie 50g,branză topită 35 g,măsline 30 zacusă 50g,roșie 50g castravete 50 g	Lapte vegetal 200ml,unt 10g,gem 20g,ou poșat 100g, avocado 150g,cașcaval 50g, brânză de vaci cu verdeață 50g,ardei capia 50,castravete 50g	Ceai 200ml,unt 10g,miere 20g,brânză de vaci 50g,mozzarella 50g,brânză topită 35 g,salată de vinete 50g,măsline 30g,zacusă 50 g,roșie 50g,ardei gras 50g	Lapte vegetal 200ml,unt 10g,gem 20g,budincă de spanac 100g,cremă de brânză cu verdeață 50g,telemea de vacă 50 g,pate vegetal 120 g,iaurt 140 g,castravete 50g,ardei capia 50 g	Ceai 200ml,unt 10g,gem 20g,salată de vinete 50 g,măsline 30g,brânză de vaci 50g,cașcaval 50 zacusă 50 g, roșie 50g,castravete 50 g	Ceai 200ml,unt 10g,gem 20g,omletă cu ciuperci si mozzarella 100g,caș de vaci 50 g,telemea de oaie 50g,iaurt 140 g,roșie 50g,castravete 50 g, banana 1 buc	Lapte cu cacao200 ml, unt 10g,gem 20g, croissant 65 g, telemea vacă 50 g, brânză de vaci 50g, zacusă 50 g, măsline 30g, castravete 50g, capia 50g
PRANZ	Ciorbă de legume cu zdrențe de ou 300ml/ *Ciorbă de fasole păstăi 300g	Ciorbă de dovlecel dreasă cu smântână 300ml/ *Ciorbă de cartofi dreasă cu smântână 300ml	Supă cremă de linte cu crutoane 300g/ *Supă cremă de legume 300g	Ciorbă de perișoare de soia 300ml/ *Ciorbă de fasole verde păstăi 300ml	Supă cremă de dovleac cu crutoane 300g/ *Supă cremă de conopidă 300g	Ciorbă țărănească de legume dreasă cu smântână 300g/ *Supă cremă de ciuperci 300g	Borș crap 70/300ml/ *Borș fitofag 70/300ml
		Cașcaval pane cu ardei capia 100/100g					
	Varză călită cu mamaliguță,smântână și ardei iute 300g/ *Tocănită de cartofi 300g	Legume mexicane 300g/ *Mix de legume cu chifteluțe de cartofi 200/150g	Iahnie de fasole cu cârnați vegani 200/150g/ *Tocănită de ceapă cu mămliguță 150/200g	Ciuperci umplute cu cartofi la cuptor 150/200g/ *Ciuperci sote cu piure de cartofi 150/20g	Tocănită de cartofi 300g / *Cartofi wedges cu cașcaval 250g	Chifteluțe din pește si cartofi natur cu verdeață 120/200g/ *Șnițel de soia si broccoli cu usturoi 150/200g	Ardei umpluți cu ciuperci 300g/ *Ardei umpluți cu orez 300g
			Salată de varză cu morcovi si mărar 150g	Salată de gogoșari 100g	Salată de varză cu morcovi si mărar 150g		
Desert	Prăjitură cofetărie 90g	Fruct 150 g	Prăjitură cofetărie 90g	Fruct 150 g	Prăjitură cofetărie 90g	Ciocolată cu rom 60g	Fruct 150 g
CINA	Șnițel de soia si orez cu legume 150/200g/ *Șnițel de soia cu legume la cuptor 150/200g	Ciuperci umplute cu piure de legume 150/200g/ *Dovlecel pane cu piure de cartofi 150/200g	Pastrav la cuptor cu cartofi dulci si dovlecel 150/200g/ *Păstrăv la cuptor cu mix de legume 120/200g	Chifteluțe de legume cu pilaf 150/200/ *Șnițel de soia cu piure de legume 150/200g	Șnițel de soia cu legume mexicane 150/200g / *Mâncare de fasole verde 300g	Conopidă pane si orez brun cu legume 150/200g/ *Dovlecel pane cu cartof la cuptor 150/200g	Ciuperci la cuptor cu orez sârbesc 150/200g/ *Chifteluțe de ciuperci cu broccoli si usturoi 150/200g
	Salată de ardei capia 100g	Salată de castraveți acri 100g		Salată de gogoșari 100g		Salată de ardei capia 100g	Salată de sfecla roșie 100g
	Pește marinat cu ceapă si lămâie 120g	Chefir 330g	Macaroane cu brânză si stafide 200g	Sana 330g	Sardine in ulei vegetal 125g	Compot ananas 565g	Brânza Făgăraș 185g
Desert	Produs patiserie 90g	Produs patiserie 90g	Napolitană 70g	Produs patiserie 90g	Halva 60g	Prăjitură ambalată 70g	Chiflă 65g

* Alternativa este oferită strict atunci când felul principal nu este disponibil

Asistent dietetică