Primăria Capitalei
ASSM
Spitalul Clinic de Obstetrică-Ginecologie "Prof. Dr. Panait Sîrbu"

Adresa: Calea Giulești Nr. 5, intrare Str. Boișoara, Sector 6, București | **Email:** panaitsirbu@gmail.com | **Website:** www.panaitsarbu.ro
Telefon: (021) 316 12 81 / (021) 316 12 83 / (021) 316 12 87 / (021) 316 12 88 | **Fax:** (021) 316 12 96

Meniu regimuri alimentare din 19.04.2026

MIC DEJUN: Regim comun/comun lăuze: ceai cu lămâie - 200 ml [conține: apă, ceai de fructe de pădure, zahăr, lamâie]/cafea -150 ml [apă, cafea prăjită măcinată, zahăr], pâine -100g [făină de *grâu*, sare iodată, amelioratori (antiaglomerant, emulgatori, făină de *soia*, acid ascorbic, enzime), propionat de calciu, poate conține urme de susan] cu unt-10g [*lapte*] și *ou* fiert, brânză topită-3 buc [lapte] și roșii/castraveți– 50g

MIC DEJUN: **Regim comun desodat/comun desodat lăuze:** ceai de fructe de pădure cu lămâie - 200 ml [conține: apă, ceai de fructe de pădure cu zahăr, lamâie]/cafea -150 ml [apă, cafea prăjită și măcinată, zahăr], pâine fără sare - 100g [făină de *grâu*, amelioratori (antiaglomerant, emulgatori, făină de *soia*, acid ascorbic, enzime), propionat de calciu, poate conține urme de susan] cu unt-10g [*lapte*] și *ou* fiert, urdă-70g [lapte] și roșii/castraveți– 50g

MIC DEJUN: **Regim comun diabet:** ceai de fructe de pădure cu lămâie - 200 ml [conține: apă, ceai de fructe de pădure, ± îndulcitor, lamâie]/cafea -150 ml [apă, cafea prăjită și măcinată, ± îndulcitor], pâine fără sare - 100g [făină de *grâu*, amelioratori (antiaglomerant, emulgatori, făină de *soia*, acid ascorbic, enzime), propionat de calciu, poate conține urme de susan] cu unt-10g [*lapte*] și *ou* fiert, urdă -100g [lapte] și roșii/castraveți– 50g, iaurt [*lapte*]-200g

MIC DEJUN: **Regim postoperator:** ceai de fructe de pădure neîndulcit [conține: apă, ceai de fructe de pădure, lamâie]-200 ml/cafea neîndulcită [apă, cafea prăjită măcinată]-150 ml, iaurt [*lapte*]-200g, *ou* fiert/brânză de vaci cu smântână-180g [*lapte*]

GUSTARE ORA 10: regim comun lăuze/regim diabet: fruct ~ 200-300g

GUSTARE ORA 10: regim postoperator lăuze: iaurt [*lapte*]-200g

1. **PRÂNZ: Regim comun/comun lăuze/preoperator/diabet**:

Fel 1: ciorbă de legume cu carne de porc- 300g/30g [apă, cartofi, carne de porc, roșii în bulion, ceapă, morcov, *țelină*, borș - din tărâțe de *grâu*, fasole verde congelată, mazăre congelată, pastă de tomate, sare iodată, verdeață]

Fel 2: friptură de pui/porc– 120/90 cu sos de lămâie -50g [lămâie, unt din *lapte*, apă, făină de *grâu*, sare iodată, ceapă, morcov, *țelină*, chimen, piper, rozmarin, verdeață] și garnitură de orez-150g [apă, orez, ceapă, morcov, *țelină*, ulei, sare iodată, verdeață]

Desert: scovergi-90g [făină de *grâu*, ulei, drojdie, zahăr, *ou*, zahăr pudră, zahăr vanilat, esență de rom]; **regim diabet:** fruct ~ 200-300g

Primăria Capitalei
ASSM
Spitalul Clinic de Obstetrică-Ginecologie "Prof. Dr. Panait Sîrbu"

Adresa: Calea Giulești Nr. 5, intrare Str. Boișoara, Sector 6, București | **Email:** panaitsirbu@gmail.com | **Website:** www.panaitsarbu.ro
Telefon: (021) 316 12 81 / (021) 316 12 83 / (021) 316 12 87 / (021) 316 12 88 | **Fax:** (021) 316 12 96

1. PRÂNZ: Regim comun desodat/desodat lăuze/diabet:

Fel 1: supă de legume cu carne de porc- 300g/30g [apă, cartofi, carne de porc, roșii în bulion, ceapă, morcov, *țelină*, borș - din tărâțe de *grâu*, fasole verde congelată, mazăre congelată, pastă de tomate, verdeață]

Fel 2: friptură de pui/porc/– 120/90 cu sos de lămâie -50g [lămâie, unt din *lapte*, apă, făină de *grâu*, ceapă, morcov, *țelină*, chimen, piper, rozmarin, verdeață] și garnitură de orez-150g [apă, orez, ceapă, morcov, *țelină*, ulei, verdeață]

Desert: scovergi-90g [făină de *grâu*, ulei, drojdie, zahăr, *ou*, zahăr pudră, zahăr vanilat, esență de rom]**; regim diabet:** fruct ~ 200-300g

PRÂNZ: Regim postoperator:

supă de legume strecurată-300 ml [conține: apă, morcov, *țelină*] cu carne de pui-150g

GUSTARE ORA 16: regim comun lăuze/regim diabet: fruct ~ 200-300g

GUSTARE ORA 16: regim postoperator lăuze: iaurt -200g [*lapte*]

CINĂ: Regim comun/comun lăuze:

plăcintă cu ciuperci – 180 g [ciuperci, făină de *grâu*, drojdie, caşcaval/unt, smântână-din *lapte*, ulei, ceapă, *ou*, sare iodată, verdeață], iaurt -200g /lapte bătut - 250g [din *lapte*]

CINĂ: Regim comun desodat/diabet:

plăcintă cu ciuperci – 180 g [ciuperci, făină de *grâu*, drojdie, caș dulce/unt, smântână-din *lapte*, ulei, ceapă, *ou*, verdeață], iaurt -200g /lapte bătut - 250g [din *lapte*]

CINĂ: Regim preoperator:

măr copt-220g, iaurt -200g [*lapte*]

CINĂ: Regim postoperator:

friptură de pui la grătar -160g, iaurt -200g [*lapte*], ceai de fructe de pădure neîndulcit [conține: apă, ceai de fructe de pădure]-200 ml

Întocmit: Spiridon Maria
As. nutriționist și dietetician

***Notă1:** Preparatele din prezentul meniu conțin alimente cu potențial alergic sunt notate cu *font italic.*
Preparatele conțin alimente care au fost congelate în prealabil: carnea de pui/porc, oasele de vită, fasolea verde mazărea.
***Notă 2:** Cuantumul alocației de hrană din unitățile sanitare publice este reglementat de **ORDINUL nr. 1.488 din 31 mai 2022-EMITENT MINISTERUL SĂNĂTĂȚII, publicat în MONITORUL OFICIAL nr. 537 din 31 mai 2022**.
***Notă 3:** Meniurile pot suferi modificări în funcție de nivelul stocurilor de alimente.