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 22.04.2026

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 miere-20g, *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 miere-20g, *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 post:** 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 margarină-20g [amestecuri de uleiuri vegetale rafinate (*floarea-soarelui*, *rapiță*, *soia*, palmier) și apă] și gem-20g, miez de *nucă*-30g, roșii/castraveți– 50g

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 văcuță–260g/40 g [apă, carne de vită, cartofi, roșii în bulion, *țelină*, morcov, ulei, ceapă, borș - din tărâțe de *grâu*, pasta de tomate, smântână din *lapte*, sare iodată, oase de vită, verdeață]

Fel 2: pilaf de orez cu legume -250g [orez, ceapa, morcovi, țelină, ulei, sare iodată, piper, verdeață] și friptură de pui/porc la cuptor – 120g/90g

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

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

2. PRÂNZ: Regim comun/comun lăuze/preoperator/diabet:

Fel 1: ciorbă de văcuță–260g/40 g [apă, carne de vită, cartofi, roșii în bulion, *țelină*, morcov, ulei, ceapă, borș - din tărâțe de *grâu*, pasta de tomate, smântână din *lapte*, sare iodată, oase de vită, verdeață]

Fel 2: varză călită -300 g [varză albă proaspătă/murată, roșii în bulion, ceapă, ulei, pasta de tomate, sare iodată, boia, piper, foi de dafin, cimbru, verdeață] cu friptură de pui/porc la cuptor – 120g/90g

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

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

Fel 1: supă de văcuță–250g/30 g [apă, carne de vită, cartofi, roșii în bulion, *țelină*, morcov, ulei, ceapă, borș - din tărâțe de *grâu*, pasta de tomate, smântână din *lapte*, oase de vită, verdeață]

Fel 2: pilaf de orez cu legume -250g [orez, ceapa, morcovi, țelină, ulei, piper, verdeață] și friptură de pui/porc la cuptor – 120g/90g

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

PRÂNZ: Regim post:

Fel 1: ciorbă de cartofi - 300g [apă, cartofi, borș - din tărâțe de *grâu*, roșii în bulion, morcov, ceapă, *țelină*, albitură, ulei, pastă de tomate, sare iodată, verdeață]

Fel 2: pilaf de orez cu legume -250g [orez, ciuperci, ceapa, morcovi, țelină, ulei, piper, verdeață] cu macrou la cuptor - 150g

Desert: scovergi – 90g [făină de *grâu*, ulei, drojdie, zahăr, 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: biscuiți – 50 g/pachet [făină de *grâu*, zahăr, ulei de palmier hidrogenat, sirop de zahăr invertit, *lapte* praf de vacă, agenți de creștere - bicarbonat de sodiu- E500/ bicarbonat de amoniu - E503, sare, emulsificator-lecitină de *soia*, aroma identic naturală de vanilie]; **regim diabet:** fruct ~ 200-300g

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

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

CINĂ: Regim comun/comun lăuze:

ficăței la cuptor cu sos de roșii și mămăligă – 90g/100g/300g [ficăței de pui congelați, sos de roșii (roșii în bulion, ceapă, morcovi, ulei, pasta de tomate, usturoi, sare iodată, piper, cimbru, boia, oregano, verdeață), apă, mălai, sare iodată], iaurt -200g /lapte bătut - 250g [din *lapte*]

CINĂ: Regim comun desodat/diabet:

ficăței la cuptor cu sos de roșii și mămăligă – 90g/100g/300g [ficăței de pui congelați, sos de roșii (roșii în bulion, ceapă, morcovi, ulei, pasta de tomate, usturoi, piper, cimbru, boia, oregano, verdeață), apă, mălai], iaurt -200g /lapte bătut - 250g [din *lapte*]

CINĂ: Regim post:

macrou la cuptor-150g cu mămăligă-300g [apă, mălai și sare iodată], măr copt-220g

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/vită, oasele de vită, spanacul, macroul, ficățeii de pui.
***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.