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 29.04.2026

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, brânză telemea-100g [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, caș dulce-100g [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, caș dulce -100g [lapte] și roșii/castraveți– 50g, iaurt [*lapte*]-200g

MIC DEJUN: **Regim post:** 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 margarină-20g [amestecuri de uleiuri vegetale rafinate (*floarea-soarelui*, *rapiță*, *soia*, palmier) și apă] și miere-20g, sote de fasole verde cu măsline -150g [fasole verde, măsline, ulei de floarea soarelui, sare iodată]

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 curcan–260g/40 g [apă, aripi de curcan, morcov, roșii în bulion, borș - din tărâțe de *grâu*, ceapă, *țelină*, oase de vită, *ou*, ulei, pastă de tomate, verdeață, sare iodată]

Fel 2: musaca de cartofi cu carne de porc – 350g [cartofi, carne tocată de porc, ceapă, roșii în bulion, cașcaval-conține *lapte*, pastă de tomate, făină din *grâu*, *ou*, ulei, sare iodată, piper, boia, oregano,

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

cimbru, verdeață]/friptură de pui la cuptor – 120g cu cartofi la cuptor-200g [cartofi, ulei, sare iodată, piper, rozmarin, oregano, verdeață]

Desert: mere în aluat – 80g [făină de *grâu*, măr, margarină, zahăr, zahăr pudră, zahăr vanilat, praf de copt E450a/ E341a, oțet- E 260, scorțișoară]; **regim diabet:** fruct ~ 200-300g

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

Fel 1: ciorbă de curcan–260g/40 g [apă, aripi de curcan, morcov, roșii în bulion, borș - din tărâțe de *grâu*, ceapă, *țelină*, oase de vită, *ou*, ulei, pastă de tomate, verdeață, sare iodată]

Fel 2: mâncare de spanac -200g [spanac congelat, roșii în bulion, ceapă, lămâie, ulei, pastă de tomate, făină de *grâu*, usturoi, sare iodată, cimbru, verdeață] cu friptură de pui/porc la cuptor -120g/90g

Desert: mere în aluat – 80g [făină de *grâu*, măr, margarină, zahăr, zahăr pudră, zahăr vanilat, praf de copt E450a/ E341a, oțet- E 260, scorțișoară]; **regim diabet:** fruct ~ 200-300g

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

Fel 1: supă de curcan–260g/40 g [apă, aripi de curcan, morcov, roșii în bulion, borș - din tărâțe de *grâu*, ceapă, *țelină*, oase de vită, *ou*, ulei, pastă de tomate, verdeață]

Fel 2: musaca de cartofi cu carne de porc – 350g [cartofi, carne tocată de porc, ceapă, roșii în bulion, caşcaval-conține *lapte*, pastă de tomate, făină din *grâu*, *ou*, ulei, piper, boia, oregano, cimbru, verdeață]/ friptură de pui la cuptor – 120g cu cartofi la cuptor-200g [cartofi, ulei, piper, rozmarin, oregano, verdeață]

Desert: mere în aluat – 80g [făină de *grâu*, măr, margarină, zahăr, zahăr pudră, zahăr vanilat, praf de copt E450a/ E341a, oțet- E 260, scorțișoară]**; regim diabet:** fruct ~ 200-300g

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

Fel 1: supă de curcan–260g/40 g [apă, aripi de curcan, morcov, roșii în bulion, borș - din tărâțe de *grâu*, ceapă, *țelină*, oase de vită, *ou*, ulei, pastă de tomate, verdeață]

Fel 2: mâncare de spanac -200g [spanac congelat, roșii în bulion, ceapă, lămâie, ulei, pastă de tomate, făină de *grâu*, usturoi, cimbru, verdeață] cu friptură de pui/porc la cuptor -120g/90g

Desert: mere în aluat – 80g [făină de *grâu*, măr, margarină, zahăr, zahăr pudră, zahăr vanilat, praf de copt E450a/ E341a, oțet- E 260, scorțișoară]**; regim diabet:** fruct ~ 200-300g

PRÂNZ: Regim post:

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

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

Fel 2: tocăniță de cartofi cu măsline – 250g [cartofi, ciuperci, roșii în bulion, ceapă, măsline, ulei, pastă de tomate, ulei, sare iodată, boia, piper, cimbru, verdeață] și macrou la cuptor-150g

Desert: mere în aluat – 80g [făină de *grâu*, măr, margarină, zahăr, zahăr pudră, zahăr vanilat, praf de copt E450a/ E341a, oțet- E 260, scorțișoară]**; 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: griș cu lapte – 200g [griș din *grâu*, *lapte* praf, zahăr, *scorțișoară*, zahăr vanilat]; **regim diabet:** fruct ~ 200-300g

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

CINĂ: Regim comun/comun lăuze:

omletă cu brânză telemea – 120g [*ou*, brânză telemea, brânză de vaci, lapte bătut și unt din *lapte*, făină de *grâu*, ulei, piper, verdeață], iaurt -200g/lapte bătut - 250g [din *lapte*]

CINĂ: Regim comun desodat/ diabet:

omletă cu brânză de vaci – 120g [*ou*, brânză de vaci, lapte bătut și unt din *lapte*, făină de *grâu*, ulei, piper, verdeață], iaurt -200g /lapte bătut - 250g [din *lapte*]

CINĂ: Regim post:

spaghete cu sos de roșii - 300g [spaghete/paste făinoase din făină de *grâu*, roșii în bulion, ceapă, ciuperci, ulei, pasta de tomate, cimbru, boia, sare iodată] și macrou la cuptor-150g, 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, oasele de vită, macroul, aripile de curcan, fasolea verde, spanacul.
***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.