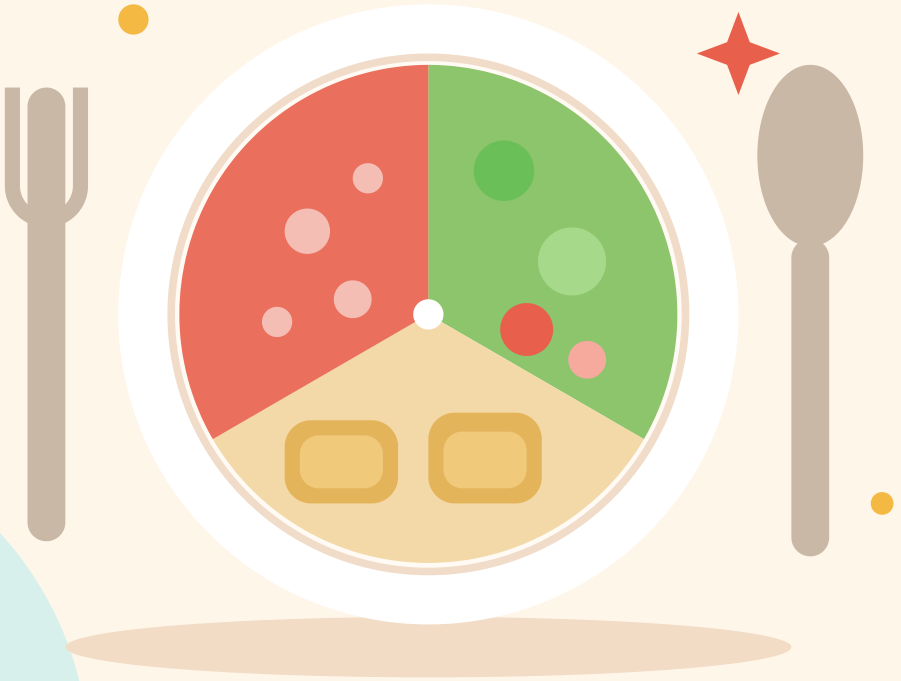
MENIU SĂPTĂMÂNAL

Meniu grădiniță
3–6 ani



Atingeți o zi pentru a merge direct la meniul ei

ZIUA 1 Luni
ZIUA 2 Marți
ZIUA 3 Miercuri
ZIUA 4 Joi
ZIUA 5 Vineri
ZIUA 6 Sâmbătă
ZIUA 7 Duminică

Meniu pentru 7 zile · 5 mese pe zi

SCHOOL OF HEALTH
Created by Wello

ZIUA 1

Luni

Meniu grădiniță · 3–6 ani

Mic dejun	Omletă pufoasă cu legume (dovlecel, ardei) și pâine integrală
Gustare 1	Măr
Prânz	Supă de legume cu orez Piept de pui la cuptor cu piure de cartofi și salată de castraveți Pâine integrală
Gustare 2	Iaurt cu fulgi de ovăz
Cină	Griș cu lapte și fructe de pădure

ZIUA 2

Marți

Meniu grădiniță · 3–6 ani

Mic dejun	Iaurt cu fulgi de porumb fără zahăr și fructe de pădure
Gustare 1	Banană
Prânz	Ciorbă de pui cu tăiței File de pește la cuptor (păstrăv) cu cartofi natur și salată de sfeclă roșie Pâine integrală
Gustare 2	Biscuiți cu făină integrală și lapte
Cină	Piure de cartofi cu brânză telemea și salată de roșii

ZIUA 3

Miercuri

Meniu grădiniță · 3–6 ani

Mic dejun	Clătite pufoase cu gem de fructe și lapte
Gustare 1	Pară
Prânz	Supă cremă de dovlecei cu crutoane Chifteluțe de curcan la cuptor cu orez și salată verde Pâine integrală
Gustare 2	Compot de fructe cu biscuiți integrali
Cină	Budincă de paste cu caşcaval la cuptor

ZIUA 4

Joi

Meniu grădiniță · 3–6 ani

Mic dejun	Ou ochi (fără ulei, la tigaie antiaderentă) cu pâine integrală și roșii
Gustare 1	Struguri
Prânz	Supă de legume cu perișoare de vită Piept de curcan cu sos la cuptor, cartofi natur și salată de morcovi Pâine integrală
Gustare 2	Iaurt cu miere și fulgi de porumb
Cină	Supă cremă de morcovi cu crutoane și pâine integrală

ZIUA 5

Vineri

Meniu grădiniță · 3–6 ani

Mic dejun	Pâine integrală cu unt, mozzarella și castraveți
Gustare 1	Portocală
Prânz	Ciorbă de perișoare din carne de porc Tocăniță de vită cu legume (mazăre, morcov, cartofi) Pâine integrală
Gustare 2	Brioșă cu făină integrală și lapte
Cină	Rulouri de clătite cu brânză dulce și mărar

ZIUA 6

Sâmbătă

Meniu grădiniță · 3–6 ani

Mic dejun	Ou fiert cu pâine integrală și roșii Ceai de fructe
Gustare 1	Piersică
Prânz	Supă de legume cu găluște Orez cu legume și pulpe de pui la cuptor Salată de castraveți
Gustare 2	Iaurt cu fructe de pădure
Cină	Budincă de dovlecei cu brânză la cuptor

ZIUA 7

Duminică

Meniu grădiniță · 3–6 ani

Mic dejun	Budincă de gris cu lapte și scorțișoară
Gustare 1	Mandarine
Prânz	Supă cremă de broccoli Pulpă de pui la cuptor cu cartofi natur și salată de sfeclă roșie Pâine integrală
Gustare 2	Măr copt cu scorțișoară
Cină	Paste cu legume și sos de roșii