

## Clasele pregătitoare- I: săptămâna 14 - 18 ianuarie 2019

| Zi              | Meniu fără carne  | Meniu cu carne   |
|-----------------|---|--|
| <b>Luni</b>     | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă țărănească<br/>Budincă de conopidă cu cașcaval<br/>Salată grecească<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Biscuiți integrali cu fructe uscate și pară</p>   | <p><b>Prânz:</b> Supă de pui cu taiței<br/>Aripioare de pui la grătar<br/>Cartofi gratinați<br/>Salată grecească<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Biscuiți integrali cu fructe uscate și pară</p> |
| <b>Marti</b>    | <p><b>Prânz:</b> Supă cu găluște<br/>Șalău la grătar și cous-cous cu legume<br/>Mix de salate verzi<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Wrap cu legume + brânză și clementină</p> | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă de curcan<br/>Șalău la grătar și orez sârbesc<br/>Mix de salate verzi<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Wrap cu curcan + brânză și clementină</p>                          |
| <b>Miercuri</b> | <p><b>Prânz:</b> Supă cremă de roșii<br/>Humus cu lipie<br/>Salată libaneză<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Cheese cake și banană</p>   | <p><b>Prânz:</b> Supă cremă de roșii<br/>Tocăniță de curcan<br/>Piure de cartofi<br/>Salată libaneză<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Cheese cake și banană</p>                                   |
| <b>Joi</b>      | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă Minestrone<br/>Ciulama de ciuperci cu mămăligă<br/>Bețișoare de legume<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Plăcintă cu mere și portocală</p>              | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă țărănească de vită<br/>Sarmale cu carne de vită, smântână și mămăligă<br/>Bețișoare de legume<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Plăcintă cu mere și portocală</p>          |
| <b>Vineri</b>   | <p><b>Prânz:</b> Supă cremă de ciuperci cu crutoane<br/>Salată orientală<br/>Cuburi de sfeclă<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Pandișpan cu vișine și măr</p>                  | <p><b>Prânz:</b> Supă de pui cu găluște<br/>Porc Souvlaki<br/>Fasole verde sote<br/>Cuburi de sfeclă<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Pandișpan cu vișine și măr</p>                              |

## Clasele II – XII: săptămâna 14 - 18 ianuarie 2019

| Zi       | Meniu fără carne  | Meniu cu carne   |
|----------|---|--|
| Luni     | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă țărănească<br/>Budincă de conopidă cu cașcaval<br/>Salată grecească<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Biscuiți integrali cu fructe uscate și pară</p>   | <p><b>Prânz:</b> Supă de pui cu taiței<br/>Aripioare de pui la grătar <i>sau</i><br/>Stroganoff de vită<br/>Cartofi gratinați<br/>Salată grecească<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Biscuiți integrali cu fructe uscate și pară</p> |
| Marti    | <p><b>Prânz:</b> Supă cu găluște<br/>Șalău la grătar și cous-cous cu legume<br/>Mix de salate verzi<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Wrap cu legume + brânză și clementină</p> | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă de curcan<br/>Șalău la grătar și orez sârbesc <i>sau</i><br/>Porc cu legume<br/>Mix de salate verzi<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Wrap cu curcan + brânză și clementină</p>                              |
| Miercuri | <p><b>Prânz:</b> Supă cremă de roșii<br/>Humus cu lipie<br/>Salată libaneză<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Cheese cake și banană</p>   | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă de perișoare<br/>Tocăniță de curcan <i>sau</i><br/>Vită la cuptor<br/>Piure de cartofi<br/>Salată libaneză<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Cheese cake și banană</p>                                       |
| Joi      | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă Minestrone<br/>Ciulama de ciuperci<br/>Mămăligă<br/>Bețișoare de legume<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Plăcintă cu mere și portocală</p>             | <p><b>Prânz:</b> Ciorbă țărănească de vită<br/>Sarmale cu carne de vită, smântână <i>sau</i><br/>Ostropel de curcan<br/>Mămăligă<br/>Bețișoare de legume<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Plăcintă cu mere și portocală</p>         |
| Vineri   | <p><b>Prânz:</b> Supă cremă de ciuperci cu crutoane<br/>Salată orientală<br/>Cuburi de sfeclă<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Pandișpan cu vișine și măr</p>                  | <p><b>Prânz:</b> Supă de pui cu găluște<br/>Porc Souvlaki <i>sau</i><br/>Piept de pui umplut cu mozzarella<br/>Fasole verde sote<br/>Cuburi de sfeclă<br/>Pâine neagră</p> <p><b>Snack:</b> Pandișpan cu vișine și măr</p>               |