



**21 MARTIE 2022**

**CIORBE, SUPE**

Ciorbă de perișoare a la grec 400ml

Ciorbă de legume 400ml **POST**

**PREPARAT**

Păstrăv la grătar 200g

Șnițel de pui cu pesmet 130g

Pulpa posterioară de pui dezosată la grătar 150g

Ceafă de porc la grătar 130g

Tocană de legume cu mămăligă 300g  
**POST**

Cartofi țărănești cu ruladă de ciuoerci 300g **POST**

Mixed grill 250g

Ficaței de pui în ceapă cu mămăligă 300g

Fasole bătută cu varză murata 300g

**GARNITURI**

Legume mexicane 200g **POST**

Cartofi pai 200g **POST**

Orez cu legume și ciuperci 200g **POST**

**SALATE**

Salată de varză 100g

Salată de murături asortate 100g

Salată asortată 250g

**DIVERSE**

Chiflă simplă 100g

Chiflă cu susan 100g

Sos tartar 50ml

Smântână 50g

Ardei iute 1buc

Ketchup dulce 50ml

Ketchup picant 50ml

Maioneză 50ml

Dressing: ulei de măsline, sare, oțet  
balsamic 30ml

**DESERT**

Baton de ciocolată 100g

Nugat cu ciocolată 40g

Baton de ciocolată 35g

Choix a la creme 130g

*Poftă bună!*



UNIVERSITATEA  
LUCIAN BLAGA  
DIN SIBIU

**CANTINA RESTAURANT**



**22 MARTIE 2022**

**CIORBE, SUPE**

Ciorbă de cartofi cu afumătură și tarhon 400ml

Supă cremă de legume și crutoane 400ml  
**POST**

**PREPARAT**

Somon la grătar 200g

Șnițel din piept de pui în fulgi de porumb 150g

Piept de pui la grătar 130g

Ceafă de porc la grătar 130g

Mixed grill 250g

Tocăniță de porc cu găluște și mămăligă 300g

Cașcaval vegetal în pesmet 200g **POST**

Ciuperci pane cu garnitură orez 300g  
**POST**

Conopidă gratinată 200g

Humus libanez 200g

**GARNITURI**

Risotto cu parmesan 200g

Cartofi pai 200g **POST**

Mix de legume la grătar 250g **POST**

**SALATE**

Salată de varză 100g

Salată de ardei kapia copt 100g

Salată asortată cu piept de pui 250g

**DIVERSE**

Chiflă simplă 100g

Chiflă cu susan 100g

Sos tartar 50ml

Smântână 50g

Ardei iute 1buc

Ketchup dulce 50ml

Ketchup picant 50ml

Maioneză 50ml

Dressing: ulei de măsline, sare, oțet  
balsamic 30ml

**DESERT**

Baton de ciocolată 100g

Nugat cu ciocolată 40g

Baton de ciocolată 35g

Tartă cu fructe 100g

*Poftă bună!*



UNIVERSITATEA  
LUCIAN BLAGA  
DIN SIBIU

**CANTINA RESTAURANT**



**23 MARTIE 2022**

**CIORBE, SUPE**

Ciorbă a la grec de pui 400ml

Ciorbă de cartofi 400ml POST

**PREPARAT**

Crap la cuptor cu măămăligă 300g

Șnițel de pui în crustă de parmesan 130g

Pulpa pui posterioară dezosată la grătar 150g

Mușchi sibian la cuptor 150g

Mixed grill 250g

Friptură porc cu cartofi piure 300g

Sarmale vegetariene cu măămăligă 300g **POST**

Chifteluțe soia 120g **POST**

Legume gratinate la cuptor cu parmesan 250g

**GARNITURI**

Cartofi pai 200g **POST**

Mix de legume la tigaie 200g

Salată orientală 200g **POST**

**SALATE**

Salată de varză 100g

Salată de ardei kapia copt 100g

Salată de crudități 250g

**DIVERSE**

Chiflă simplă 100g

Chiflă cu susan 100g

Sos tartar 50ml

Smântână 50g

Ardei iute 1buc

Ketchup dulce 50ml

Ketchup picant 50ml

Maioneză 50ml

Dressing: ulei de măsline, sare, oțet  
balsamic 30ml

**DESERT**

Baton de ciocolată 100g

Nugat cu ciocolată 40g

Baton de ciocolată 35g

Amandină 90g *Poftă bună!*



UNIVERSITATEA  
LUCIAN BLAGA  
DIN SIBIU

**CANTINA RESTAURANT**



**24 MARTIE 2022**

**CIORBE, SUPE**

Ciorbă de burtă 400ml

Supă cremă de țelină și crutoane 400ml

**PREPARAT**

File șalău în fulgi de porumb 130g

Cotlet de porc la grătar cu sos de gorgonzola 150g

Șnițel din piept de pui în pesmet 130g

Piept de pui la grătar 130g

Spanac cu ochiuri 250g

Tocăniță cu ciuperci și mămăligă 300g  
**POST**

Spaghete cu ciuperci și sos de ardei capia  
copt 250g **POST**

Pulpă de rață cu varză roșie la cuptor 300g

**GARNITURI**

Cartofi pai 200g **POST**

Sote de legume 200g **POST**

Orez cu ciuperci 200g **POST**

**SALATE**

Salată de varză 100g

Sfeclă roșie 100g

Salată Coleslaw 200g

**DIVERSE**

Chiflă simplă 100g

Chiflă cu susan 100g

Sos tartar 50ml

Smântână 50g

Ardei iute 1buc

Ketchup dulce 50ml

Ketchup picant 50ml

Maioneză 50ml

Dressing: ulei de măsline, sare, oțet  
balsamic 30ml

**DESERT**

Baton de ciocolată 100g

Nugat cu ciocolată 40g

Baton de ciocolată 35g

Prăjitură diplomat 60g

*Poftă bună!*



UNIVERSITATEA  
LUCIAN BLAGA  
DIN SIBIU

**CANTINA RESTAURANT**



**25 MARTIE 2022**

**CIORBE, SUPE**

Ciorbă a la grec de porc 400ml

Ciorbă de roșii cu orez și legume 400ml **POST**

**PREPARAT**

File somon cu sos de lămâie 180g

Șnițel din cotlet de porc în pesmet 130g

Piept de curcan la grătar 130g

Ceafă de porc la grătar 130g

Mămăligă cu brânză la cuptor 250g

Pulpă pui întreagă la cuptor 200g

Sarmale vegetariene cu mămăligă 300g **POST**

Chifteluțe soia 120g **POST**

**GARNITURI**

Sote baby morcovi 200g **POST**

Orez cu ciuperci 200g **POST**

Cartofi pai 200g

Mazăre 200g **POST**

**SALATE**

Salată de varză 100g

Castraveți murati 100g

Salată conopidă cu maioneză 200g

**DIVERSE**

Chiflă simplă 100g

Chiflă cu susan 100g

Sos tartar 50ml

Smântână 50g

Ardei iute 1buc

Ketchup dulce 50ml

Ketchup picant 50ml

Maioneză 50ml

Dressing: ulei de măsline, sare, oțet balsamic 30ml

**DESERT**

Baton de ciocolată 100g

Nugat cu ciocolată 40g

Baton de ciocolată 35g

Negresă 150g

*Poftă bună!*



UNIVERSITATEA  
LUCIAN BLAGA  
DIN SIBIU

**CANTINA RESTAURANT**