



# GHIDUL PĂRINTELUI

Nivel preșcolar

An școlar 2021-2022

## Cuprins:

- I. Ce reprezintă grădinița în viața copilului? – pag.2
  - II. Înscrierea copilului la grădiniță; Pași de urmat și documente necesare înscrierii – pag.2
  - III. Curriculum. Oferta educațională – pag.4
  - IV. Structura anului școlar – pag. 5
  - V. Acreditare – pag. 5
  - VI. Structura grupelor de copii – pag. 6
  - VII. Profesori – pag.6
  - VIII. Programul de grădiniță – pag. 7
  - IX. Comunicarea cu părinții – pag. 7
  - X. Asistență medicală – pag. 9
  - XI. Asistență psihologică – pag. 10
  - XII. Procedura de adaptare la grădiniță - pag. 12
  - XIII. Meniu - metode de elaborare – pag. 14
  - XIV. Taxe – pag. 14
- Anexa-** Meniuri cu titlu de exemplu

## I. Ce reprezintă grădinița în viața copilului?

Grădinița facilitează „ieșirea în lume a copilului”. Este o trecere necesară spre independență, în care casa și familia nu mai reprezintă singurele locuri de manifestare relațional-afectivă. Grădinița este o etapă ce presupune schimbări în viața întregii familii pentru care toți membrii ei trebuie să se pregătească.

## II. Înscrierea copilului la grădiniță; Pași de urmat și documente necesare înscrierii

Având în vedere contextul epidemiologic actual (existența virusului SARS-CoV-2), procedura de înscriere a suferit modificări în ceea ce privește programarea vizitelor în grădiniță.

### Pasul 1.

Începând cu luna noiembrie se pot trimite *cereri de înscriere* în vederea înscrierii în anul școlar următor. Completarea *cererii de înscriere* și trimiterea acesteia la adresa [secretariat.gradinita@lrfb.ro](mailto:secretariat.gradinita@lrfb.ro). Cererea se găsește pe site-ul Liceului [www.liceulfinanzez.ro](http://www.liceulfinanzez.ro)

### Pasul 2.

Un reprezentant din cadrul grădiniței vă va contacta telefonic/email pentru a vă oferi și a primi informații suplimentare legate de înscriere. Împreună *se va stabili și ziua pentru vizionarea grădiniței*.

Pe pagina de facebook a Liceului sau pe site-ul acestuia vor fi anunțate evenimentele de *Zilele Porților deschise la grădiniță*, evenimente ce va avea loc online/fizic, de două ori pe lună (prima și ultima zi de joi din fiecare lună). În cadrul evenimentelor vor fi prezentate valorile, principiile și tot ceea ce face specială grădinița noastră. De asemenea, vor fi vizitate spațiile și se va răspunde la întrebările părinților.

a) În cazul în care sunt locuri disponibile veți completa în cadrul vizitei sau ulterior acesteia o *Fișă de înscriere* și veți achita la departamentul de Contabilitate taxa de înscriere în valoare de 100 Euro (taxă nereturnabilă)

b) Dacă la momentul vizitei dumneavoastră nu sunt locuri disponibile, *Cererea de înscriere* vă asigură trecerea pe o listă de așteptare. În momentul în care se eliberează un loc veți fi contactați telefonic.

**Pasul 3.** *Contractul educațional* va fi completat și trimis cu cel puțin 5 zile lucrătoare înainte de intrarea copilului în grădiniță, dacă înscrierea are loc în timpul anului școlar și în timpul verii, dacă înscrierea are loc la începutul anului școlar. La momentul semnării contractului se va achita și taxa de rechizite (700 lei/an școlar)

De asemenea vor fi aduse odată cu contractul educațional și documentele care vor constitui *dosarul copilului* pentru Departamentul Secretariat și Departamentul Medical:

- Copie certificat naștere
- Copie carnet vaccinări
- Copii după cărțile de identitate ale părinților
- Aviz epidemiologic pentru intrare în colectivitate (în prima zi de grădiniță)
- Documente medicale adiționale (dacă este cazul)
- Dovada achitării taxei de înscriere în valoare de 100 euro
- Dovada achitării taxei pentru rechizite (vezi contract)

**Pasul 4.** Întâlnirea inițială cu educatoarea grupei

La începutul lunii septembrie, educatoarea grupei vă va contacta telefonic sau pe email în vederea întâlnirii pentru cunoașterea reciprocă și stabilirea obiectivelor pentru anul școlar în curs. Întâlnirea cu educatoarea poate avea loc și online.

### III. Curriculum. Oferta educațională

Grădinița Româno-Finlandeză reprezintă nivelul preșcolar al instituției Liceul Româno-Finlandez și își desfășoară activitatea instructiv-educativă după *Curriculumul pentru educație timpurie a copiilor cu vârsta cuprinsă între naștere și 6/7 ani*, elaborat de Ministerul Educației.

Metodele de predare-învățare folosite în grădiniță sunt preluate în mare parte din Finlanda și pun accentul pe dezvoltarea copilului ca întreg: dezvoltare cognitivă, socială și emoțională.

Mijlocul principal prin care copiii își însușesc cunoștințe, capacități și deprinderi este *jocul didactic*, de aceea în cadrul activităților veți întâlni mai rar lucrul pe fișe/caiete și mai des jocurile sub diversele lor forme. În spatele fiecărui joc există un obiect educațional corespunzător nivelului de dezvoltare.

Oferta curriculară cuprinde **domeniile de dezvoltare** prevăzute în curriculumul de grădiniță și creșă, domenii prin intermediul cărora sunt urmărite anumite finalități ce vizează dezvoltarea holistică a copilului:

- A. Dezvoltarea fizică, a sănătății și igienei personale
- B. Dezvoltarea socio-emoțională
- C. Capacități și atitudini față de învățare
- D. Dezvoltarea limbajului, a comunicării și a premiselor citirii și scrierii
- E. Dezvoltarea cognitivă și cunoașterea lumii

**Ore de club** cu profesori specializați, pentru următoarele discipline:

-*Dezvoltare personală* (1 activitate/săptămână)

-*Educație muzicală* (1 activitate /săptămână)

-Educație fizică (1 activitate /săptămână)

-Limba engleză (1 activitate /săptămână pentru antepreșcolari și 2 activități /săptămână pentru preșcolari)

Orele de club se desfășoară în prima parte a zilei, iar costul acestora este inclus în taxa de școlarizare.

### **Opționale cu plată**

Aceste opționale se desfășoară în intervalul 16:00-18:00 și se achită separat de taxa școlară.

În fiecare an școlar încercăm să păstrăm opționalele care au avut succes în anul precedent și să introducem altele solicitate de către părinți în limita posibilităților spațiului și a intervalului orar. Se vor elimina acele opționale care nu au avut suficienți participanți.

### **Oferta de opționale**

- Balet, Dans
- Atelierul de modelat emoții, caractere și valori; Atelierul de pregătire pentru școală, Combaterea deficitului de atenție
- Canto

Opționalele se pot desfășura și online la cererea părinților.

## **IV. Structura anului școlar**

Liceul Româno-Finlandez își desfășoară activitatea după structura anului școlar elaborată de către Ministerul Educației cu specificațiile următoare:

- În perioada vacanțelor de *Crăciun și Paște* grădinița este închisă;

- În perioada *vacanței de vară* grădinița își desfășoară activitatea sub forma *Clubului de vară* ;
- În perioada *vacanței de toamnă*, vacanță destinată învățământului primar și preșcolar și în perioada *vacanței intersemestriale* Grădinița Româno-Finlandeză este deschisă, însă nu se vor desfășura activități de predare, ci doar activități de consolidare, recapitulare și recreere.

## V. Acreditare

Liceul Româno-Finlandez- nivel preșcolar este acreditat de către Ministerul Educației prin O.M. 6185/22.12.2016

## VI. Structura grupelor de copii

Fiecare grupă de copii poate avea un număr maxim de 15-16 antepreșcolari și 18 preșcolari. Grupele se formează pe criteriul vârstelor astfel:

2-3 ani- Grupa mini

3-4 ani- Grupa mică

4-5 ani- Grupa mijlocie

5-6 ani- Grupa mare

Liceul Româno-Finlandez promovează integrarea copiilor cu cerințe educative speciale (C.E.S), astfel încât în fiecare grupă de copii se poate întâlni un copil cu cerințe speciale. Părinții care aduc la dosarul copilului diagnosticul La solicitarea echipei pluridisciplinare (educator, psiholog, director), planul de intervenție personalizat poate impune necesitatea unui profesor de sprijin.

## **VII. Profesori**

Pentru fiecare grupă de copii există un profesor pentru învățământul preșcolar și un profesor de after school, care au împărțit programul astfel:

8.00-14.00- profesor pentru învățământul preșcolar

13.00-18.00- profesor after school

Fiecare profesor este format după metodele finlandeze, precum și după valorile Liceului Româno-Finlandez.

## **VIII. Programul de grădiniță**

Programul copiilor începe la ora 8.00 și se încheie la ora 13.30 (pentru cei care optează pentru programul scurt) sau la ora 18.00 (pentru cei care optează pentru programul prelungit)

7.45-8.30 Primirea copiilor, jocuri libere la alegerea copiilor (copiii nu vor fi primiți după acest interval decât în situații speciale anunțate din timp)

8.30-9.30 Micul dejun

9.30-12.00 Activități pe domenii experiențiale, rutine, jocuri și activități liber alese

12.00-13.00 Masa de prânz

13.00-13.30 Pregătirea pentru somn

13.30-15.30 Somnul de prânz

15.30-16.00 Rutine (igienă, deprinderea de a ajuta la servirea gustării)

16.00-16.30 Gustarea (deprinderi specifice)

16.30-18.00 Activități de consolidare, de recuperare și ameliorative pe domenii experiențiale, jocuri și activități liber alese

## IX. Comunicarea cu părinții

Liceul Româno-Finlandez consideră că unul dintre punctele cheie ale succesului academic, social și emoțional este reprezentat de comunicarea și colaborarea dintre familie și profesor, astfel încât, în cadrul grădiniței veți regăsi următoarele modalități de comunicare:

- Întâlnirea inițială (familie și profesor)
- Întâlniri individuale cu familia de fiecare dată când una dintre părți consideră necesar
- Scrisoarea săptămânală trimisă la sfârșitul săptămânii în cadrul platformei SIRA
- Platforma educațională SIRA (raport zilnic pentru fiecare copil, absențe/prezențe, opționale etc)
- Email, grup whatsapp
- Întâlniri ale echipei pluridisciplinare (profesorii din cadrul instituției care intră în contact cu copilul) cu familia

### *Zile de naștere*

- Părintele care dorește să organizeze în grădiniță petrecere pentru ziua de naștere a copilului său trebuie să contacteze profesorul clasei care va stabili modalitatea în care se poate serba ziua de naștere.



### ***Accesul în grădiniță***

- Accesul părinților în incinta instituției este interzis. Copiii vor fi preluați dimineața de la poartă de către personalul grădiniței, iar la prânz/seara vor fi conduși la poartă tot de către personalul grădiniței.

Părinții pot veni la grădiniță doar cu o programare prealabilă în vederea întâlnirii cu profesorii/directorul sau pentru rezolvarea diverselor situații la departamentul Secretariat/Contabilitate.

### ***Obiecte pierdute***

Grădinița recomandă părinților să scrie numele copilului pe fiecare articol de îmbrăcăminte, pe echipamentul sportiv și pe obiectele personale.

În grădiniță există un spațiu de depozitare denumit *obiecte pierdute* unde personalul grădiniței depozitează lucrurile găsite. Obiectele se păstrează timp de un semestru după care sunt donate persoanelor aflate în nevoie din cadrul comunității locale. Familiile vor lua legătura cu profesorul grupei în vederea recuperării obiectelor pierdute.

### ***Excursiile***

Excursii tematice, vizite, tabere: participarea în cadrul acestor activități poate fi realizată doar cu documentele specifice semnate de către părinți. Copiii care nu participă din diverse motive în acea zi la activitatea extrașcolară, pot rămâne acasă.

## X. Asistență medicală

Din punct de vedere psihologic, familiarizarea cu atmosfera cabinetului medical nu face decât să risipească teama copiilor cu privire la medici, asistente medicale și controale medicale. Copiii interacționează zilnic cu asistenta medicală echipată cu halat și spulberă bariera de teamă care se dezvoltă la această vârstă față de personalul medical, construind o relație de prietenie. Asistenta medicală este prima persoană care îi întâmpină în fiecare dimineață la sosirea în grădiniță. Relația cadru medical – copil se dezvoltă armonios, copilul înțelegând de la o vârstă fragedă că personalul medical acționează în interesul său și împreună au același scop: să-i fie bine, să nu îl doară, să crească sănătos.

Asistenta medicală desfășoară următoarele activități în cadrul grădiniței:

- inițiază supravegherea epidemiologică a copiilor;
- comunică cu părinții copiilor ;
- depistează,izolează și declară orice boala infecto-contagioasă;
- urmărește modul de respectare a normelor de igienă în procesul instructiv-educativ;
- efectuează triajul copiilor

**Triajul copiilor** este efectuat în fiecare dimineață de către asistenta medicală la intrarea în instituție. Astfel, în cazul unor semne de răceala/boală se acționează în scopul protejării copilului dar și pentru siguranța colegilor săi. Prima măsură este aceea de a recomanda părintelui să meargă cu copilul la medic și să-l țină acasă până la însănătoșire. În mod similar se procedează și în cazul unor semne/simptome apărute pe parcursul programului. Copiii de vârstă preșcolară pot prezenta simptome noi într-un timp foarte scurt, chiar și o oră. De asemenea, în incinta grădiniței există și un izolator în care copilul bolnav, posibil contagios, își poate petrece ziua până în momentul sosirii părintelui.

### **URGENTE medicale**

În cazul unor urgențe medicale procedura este de a anunța serviciul 112, după care sunt informați părinții. Asistenta medicală acordă primul ajutor.

Cu sprijinul cabinetului medical, grădinița derulează **programe educationale** cu teme legate de igiena personală.

### **XI. Asistență psihologică**

Dezvoltarea socială și emoțională este unul dintre principalele fundamente ale stării de bine a copiilor și este una dintre premisele succesului școlar.

În cadrul Liceului Româno –Finlandez, suportul psihologic este asigurat astfel:

**Orele de dezvoltare personală** (1 activitate/săptămână)

Pentru grupa mini/mică – Programul **Detectivul de emoții** prin care copiii vor detecta toate emoțiile cu care se pot confrunța și vor învăța cum să le facă față.

Pentru grupa mijlocie Programul **“We Can Make It Better! Noi putem face mai bine”**, program sub formă de povești terapeutice prin intermediul căruia învață să fie empatici și să-și dezvolte gândirea socială.

Pentru grupa mare Programul **„Da, poți!,”** program de dezvoltare a abilităților sociale și emoționale ale copiilor.

**Consilierea copiilor (consilierea individuală)**: intervenție la cerere, situațională din partea părinților sau din partea educatorilor). Fiecare copil poate beneficia de 2 ședințe gratuite pe an, iar pentru o terapie de durată, dar care să nu depășească 8 ședințe, se va percepe o taxă.

**Consilierea părinților** la cerere în timpul orarului stabilit. Părinții solicită întâlnirea în urma programării prealabile, fără prezența copilului în prima întâlnire de anamneză. Consilierea părinților reprezintă o abordare sistemică în Liceul Româno-Finlandez, prin prezența ambilor părinți sau a tutorilor legali. Dacă aceștia solicită o consiliere de durată, se va percepe o taxă, dar nedepășind 8 ședințe.

**Completarea fișelor de observare la clasă.** La cererea părinților sau a profesorilor, psihologul observă preșcolarul la ore pentru a analiza comportamentul, integrarea și dezvoltarea acestuia. Observarea psihologului ajută la completarea planului individualizat.

**Atelierul de modelat emoții.** (opțional contra cost în partea de după amiază a programului )

Acest atelier își propune dezvoltarea emoțională, personală și socială a copiilor prin metode creative, art-terapeutice (povestea terapeutică, colaj, dans, jocul de rol, teatru) adaptate nivelului preșcolar. Mărimea unui grup este formată din 10-12 copii. La final de semestru, părinții vor primi un raport de progres al copilului privitor la dezvoltarea emoțională.

### **Suport pentru integrarea copiilor cu CES**

Copiii diagnosticați cu CES sunt observați la activitățile educaționale de către psihologul instituției. Echipa Pluridisciplinară participă la întâlniri periodice cu familia acestuia și propune familiei un plan de intervenție.

În vederea unei bune integrari se completează dosarul psihologic care va cuprinde: caracterizare psihopedagogică, copie de pe actele de identitate ale copilului și ale părintelui/reprezentantului legal; evaluare psihologică complexă, planul de servicii (tipuri de terapii, coordonatori terapeuți).

Profesorul de sprijin este asigurat de părinte, iar acesta trebuie să fie absolvent al Facultății de Psihologie sau Psihopedagogie Specială.

#### Studii și cercetări de specialitate.

Cercetări științifice în colaborare cu Școlile Doctorale se realizează cu titlu gratuit, în scop strict științific, pentru o mai bună cunoaștere a copiilor secolului XXI .

## **XII. Procedura de adaptare la grădiniță**

Grădinița este primul spațiu de autonomie al copilului, primul loc în care începe viața lui fără prezența permanentă a părinților. Este un spațiu în sine, fizic și psihic, cu care copilul pentru a se adapta este necesar să poată stabili o relație. Nu este doar un spațiu de așteptare pe perioada serviciului părinților sau până când cineva va putea lua copilul, ci este un spațiu pe care copilul îl investește într-un fel anume și față de care va avea anumite trăiri.

Pentru a se putea adapta la grădiniță, copilul trebuie să poată pleca din sânul familiei, să se poată separa de părinții săi pe perioada timpului petrecut la grădiniță, să existe capacitatea copilului de a pleca și cea a părinților de a-l lăsa să plece.

### **Metode de adaptare**

1. În primul rând, părintele trebuie să fie atent cum îi vorbește copilului și, mai ales, să nu își manifeste îngrijorarea în fața copilului. Părintele trebuie să pregătească copilul, trebuie să îi vorbească frumos despre grădiniță, ca despre un loc de poveste, un loc pregătit special pentru el, în beneficiul lui, astfel încât copilul să fie curios și să își dorească să ajungă acolo. Înainte de începerea grădiniței, părintele poate face vizite până la poarta acesteia pentru a-l obișnui pe copil cu traseul pe care îl va parcurge zilnic. Pentru ca cel mic să interiorizeze procesul, acesta își poate lua cu el jucăria preferată căreia să-i prezinte drumul până la grădiniță și împrejurimile acesteia.

2. **Întâlnirea inițială a educatoarei cu familia** (părinții/părintele și copilul)  
După ce copilul cunoaște din poveștile părinților, grădinița, părinții împreună cu educatoarea vor stabili o întâlnire care se va desfășura sub formă de interviu pe baza unei fișe de interviu. La această întâlnire este recomandat să participe și copilul pentru a lua primul contact cu educatoarea și cu spațiul sălii de grupă.
3. **Întâlnirea tuturor membrilor grupei de preșcolari** (educatoare, copii și părinți)  
Înainte de începerea frecventării grădiniței, copilul are posibilitatea să-și cunoască noii colegi și să se reîntâlnească cu educatoarea.. Întâlnirea cu educatoarea și ceilalți copii se poate face în grădiniță sau opțional, se poate organiza o întâlnire în afara grădiniței (parc, livadă, grădină) . Întâlnirile dinaintea începerii grădiniței ajută în mijlocirea adaptării, în eliminarea necunoscutului.
4. Educatoarea grupei trimite părinților un video în care le vorbește copiilor despre lucrurile frumoase care vor avea loc la grădiniță. De asemenea, prin intermediul acestui video, educatoarea prezintă copiilor fiecare parte a sălii de grupă și scopul acesteia, astfel încât copilul să se familiarizeze cu grupa. Copiii pot astfel să urmărească de câte ori vor acest filmuleț, ajutându-i în acest mod să se obișnuiască cu noua etapă din viața lor.

#### **Alte aspecte privind adaptarea copiilor la grădiniță:**

- Din prima zi de grădiniță, părintele nu mai poate să rămână alături de copil în clasă. În lipsa părintelui, copilul va căuta să ofere afectivitate către altă persoană care îi este plăcută. Este mai ușor transferul de afectivitate în lipsa părintelui. Părintele va fi informat în permanență cu privire la adaptarea copilului prin mesaje, poze, video, dar și prin întâlniri față în față.
- În prima lună de grădiniță se va pune exclusiv accentul pe crearea unei relații între educatoare și copii, pentru oferirea confortului emoțional astfel încât să existe o bază solidă ce va susține învățătura.
- Perioada de adaptare la grădiniță variază pentru fiecare copil în funcție de experiența anterioară și de modul în care părinții îl pregătesc pe micuț pentru noua etapă.
- Pentru perioada de acomodare se recomandă programul scurt, care se desfășoară între orele 8.00-13.00 Copilul poate participa la toate activitățile de dimineață, iar după ora 13 se întoarce acasă în mediul familiar. Pe parcurs, după ce copilul începe să se acomodeze poate să fie trecut la program prelungit.

- Pe toată această perioadă părintele va fi consiliat asupra eventualelor dificultăți de adaptabilitate.

### **XIII. Meniul zilnic**

Mâncarea copiilor este pregătită zilnic la cantina liceului. Meniul este realizat de către medicul școlii, în colaborare cu asistentul medical și bucătarul șef, conform Legii nr. 123/2008 pentru o alimentație sănătoasă în unitățile de învățământ preuniversitar și Ordinului nr. 1563/2008 pentru aprobarea Listei alimentelor nerecomandate preșcolărilor și școlărilor și a principiilor care stau la baza unei alimentații sănătoase pentru copii și adolescenți.

Preparatele precum ceaiul, laptele, orezul cu lapte sau alte gustări dulci sunt îndulcite cu zahăr.

Procesarea alimentelor se realizează doar prin fierbere sau coacere. Nu sunt folosite arome și potențiatori de gust în prepararea mâncării.

Alimentele necesare preparării meniului sunt procurate de la marii furnizori de pe piață (Metro, Selgros etc).

Există în meniul copiilor, la gustarea de după-amiază, pe lângă gustările preparate în cantina proprie și gustări din comerț (biscuiți diverși, prăjitura Barnie)

Meniuri cu titlu de exemplu sunt prezentate în **Anexa 2**, sub rezerva schimbării anumitor alimente raportat la stocurile marilor furnizori.

- Pentru copiii care prezintă intoleranță la anumite alimente, părinții pot aduce în ziua respectivă alimente care să le înlocuiască pe cele din meniu, doar dacă au deus la cabinetul medical/secretariatul instituției documente medicale care să ateste aceste intoleranțe.

În acest sens, părintele va depune și o cerere pentru înlocuirea alimentelor din meniu (**Anexa 1**)



Str. Răsăritului, Nr. 59,  
Sector 6, București

Tel: +40 21.777.07.95  
contact@scoalafinlandeza.ro

[www.scoalafinlandeza.ro](http://www.scoalafinlandeza.ro)

#### **XIV. Taxa de școlarizare**

Taxa de școlarizare se achită lunar. Se achită ca lună întreagă fiecare dintre cele 10 luni școlare (septembrie-iunie).

##### **Reduceri de taxă**

- 10% reducere pentru frați





Anexa 1

## CERERE,

Subsemnatul,....., părinte al preșcolarului  
....., înscris la Liceul Româno-Finlandez, în anul  
școlar....., grupa....., solicit, în baza documentelor  
medicale atașate acestei cereri, documente care atestă diagnosticul  
de....., să mi se permită aducerea la grădiniță a  
unor alimente care să le înlocuiască pe cele din meniu, în zilele în care acestea  
reprezintă un posibil risc medical pentru fiul/fiica mea.

Declar că toate alimentele pe care le voi furniza instituției respectă standardele de  
calitate și am fost informat(ă) despre faptul că acestea vor fi păstrate la o temperatură  
optimă.

Data:

Semnătura:



Str. Răsăritului, Nr. 59,  
Sector 6, București

Tel: +40 21.777.07.95  
contact@scoalafinlandeza.ro

www.scoalafinlandeza.ro

**Anexa 2- Exemple de meniuri**

<b>Meniu clasic</b>	<b>Luni</b>	<b>Marti</b>	<b>Miercuri</b>	<b>Joi</b>	<b>Vineri</b>
<b>Mic Dejun ora 08.30</b>	*Tartina cu Almette si castravete  Ceai de menta	*Sandwich cu cascaval si ardei  Ceai de fructe de padure	*Tartina cu unt si dulceata  *Lapte	Sandwich cu sunca de Praga si ardei  Ceai cu lamaie	*Lapte cu cereale
<b>Gustare ora 10.00</b>	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon
<b>Pranz ora 12.00-13.30</b>	*Ciorba a la grec cu piept de curcan  Pulpe de pui cu orez cu legume  Salata de sfecla rosie	*Ciorba de vacuta  Friptura de curcan si cartofi cu rozmarin la cuptor  Salata de castraveti cu marar	Supa crema de linte  Tarta cu cartofi si carne de curcan  Salata iceberg	Supa de pui  Paste bolognese cu carne de pui	Ciorba de legume  *Piept de pui pane cu salata de varza si morcovi  Piept de pui la cuptor pt grupa mini
<b>Gustare Ora 16.00</b>	*Sandwich cu muschi file si ardei	*Orez cu lapte	*Biscuiti Belvita cu cereale	*Sandwich cu cascaval si ardei	*Biscuiti cu mar



Str. Răsăritului, Nr. 59,  
Sector 6, București

Tel: +40 21.777.07.95  
contact@scoalafinlandeza.ro

www.scoalafinlandeza.ro

**Anexa 2- Exemple de meniuri**

<b>Meniu clasic</b>	<b>Luni</b>	<b>Marti</b>	<b>Miercuri</b>	<b>Joi</b>	<b>Vineri</b>
<b>Mic Dejun ora 08.30</b>	*Iaurt cu cereale	*Tartina cu Almette si castravete  Ceai de fructe de padure	*Tartina cu unt si dulceata  *Lapte	Sandwich cu sunca de Praga si ardei  Ceai cu lamaie	*Tartina cu unt si ou
<b>Gustare ora 10.00</b>	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon
<b>Pranz ora 12.00-13.30</b>	Ciorba de pui  Ostropel de curcan cu mamaliguta	Ciorba de dovlecel dreasa cu ou  Tocanita de vita si cartofi  Castraveti murati	Supa de pui  Pulpe de pui pe pat de varza inabusita  Pulpe de pui la cuptor cu mix de legume (grupa mica si mini )	Supa crema de broccoli  Pilaf de orez cu carne de curcan	Ciorba de perisoare din carne de vita si pui  Mancare de fasole verde cu carne de pui
<b>Gustare Ora 16.00</b>	*Sandwich cu cascaval si castravete	*Gris cu lapte	*Biscuiti digestivi	*Iaurt cu banana	*Biscuiti Maia cu miere



Str. Răsăritului, Nr. 59,  
Sector 6, București

Tel: +40 21.777.07.95  
contact@scoalafinlandeza.ro

www.scoalafinlandeza.ro

## Anexa 2- Exemple de meniuri

<b>Meniu vegetarian</b>	<b>Luni</b>	<b>Marti</b>	<b>Miercuri</b>	<b>Joi</b>	<b>Vineri</b>
<b>Mic Dejun ora 08.30</b>	*Iaurt cu cereale	*Tartina cu pasta de branza si castraveti  Ceai cu lamaie	*Omleta cu legume  Ceai de fructe de padure	*Tartina cu unt si miere  *Lapte	*Tartina cu unt si ou fiert  Ceai cu lamaie
<b>Gustare ora 10.00</b>	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon	Fructe de sezon
<b>Pranz ora 12.00-13.30</b>	*Supa cu taitei  *Ciulama cu ciuperci si mamaliguta	Supa crema de legume  *Cartofi copti cu smantana	Ciorba de legume  Mancare de mazare	Supa crema de linte  *Ciuperci umplute cu piure	Ciorba de cartofi  *Peste la cuptor cu mix de legume ( broccoli baby, carrot)
<b>Gustare ora 16.00</b>	Tartina cu humus si castravete	*Biscuiti	*Sandwich cu cascaval si ardei	*Chec cu lamaie	*Orez cu lapte

\*Alimente cu potențial alergenice: cereale care conțin gluten, ouă, laptele de vacă, țelină, soia.