



Meniul zilei: 20.10.2025

MIC DEJUN ORA 8

1125 cal

Comun: Muschi file, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, rosii, paine

Copii: Muschi file, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, rosii, paine,

Regim:

- ficat: Muschi file, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, rosii, paine
- chimioterapie: Muschi file, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, rosii, paine
- chimioterapie digestiv: Muschi file, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, rosii, paine
- desodat: Mini mozzarella 5 buc, ou fiert, unt 2 buc, miere, ceai, rosii, paine,
- colon op, stomac op: Mini mozzarella 5 buc, ou fiert, unt 2 buc, miere, ceai, paine,
- colita: Mini mozzarella 5 buc, ou fiert, biscuiti, ceai, paine,
- diabet: Muschi file, mini mozzarella 5 buc, ou fiert, unt 2 buc, lapte, rosii, paine
- ORL: Sodou, biscuiti

ORA 10

70 cal

Comun si regim: Fructe

PRANZ ORA 12

1319 cal

Comun: Supa crema de telina, piept de pui* cu sos de marar si orez cu legume*, compot

Copii: Supa de carne, piept de pui* cu sos de marar si orez cu legume*, fruct, Barni

Regim:

- ficat: Supa de carne*, piept de pui* cu sos de marar si orez cu legume*, compot
- chimioterapie : Supa crema de telina, piept de pui* cu sos de marar si orez cu legume* compot
- chimioterapie digestiv: Supa de carne*, piept de pui* cu sos de marar si orez cu legume*, compot
- desodat: Supa crema de telina, piept de pui* cu sos de marar si orez cu legume*, compot
- colon op, stomac op: Supa de carne*, piept de pui* cu sos de marar si orez cu legume*, biscuiti
- colita: Supa de carne*, piept de pui* la tava cu pilaf de orez si morcovi baby*, biscuiti
- diabet: Supa crema de telina, piept de pui* cu sos de marar si orez cu legume*, fruct
- ORL: Pasirat

ORA16

218 cal

Comun si regim: Iaurt grecesc si baton cu unt

CINA ORA 17.30

745 cal.

Comun: Mamaliguta cu branza, biscuiti, ceai

Copii: Mamaliguta cu branza, biscuiti, ceai

Regim:

- ficat: Mamaliguta cu branza, biscuiti, ceai
- chimioterapie : Mamaliguta cu branza, biscuiti, ceai
- chimioterapie digestiv: Mamaliguta cu branza, biscuiti, ceai
- desodat: Mamaliguta cu branza, biscuiti, ceai
- colon op, stomac op: Sote de morcovi cu orez si pulpa de pui*, biscuiti, ceai
- colita: Sote de morcovi cu orez si pulpa de pui*, biscuiti, ceai
- diabet: Mamaliguta cu branza, ceai
- ORL: Gris cu lapte

TOTAL CALORII /24 ORE

3477 cal

Nota

- In caz de situatii neprevazute meniul zilei poate suferi modificari.
- Meniul zilnic poate fi adaptat in functie de regimul dietetic solicitat.

**Compartiment Dietetica
As. Diet. Ielciu Ioana**



Meniul zilei: 21.10.2025

MIC DEJUN ORA 8

1228cal

Comun: Jambon de pui, urda dulce, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine,
Copii: Crenvursti, urda dulce, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine, mustar

Regim:

- *ficat:* Jambon de pui, urda dulce, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine,
- *chimioterapie digestiv:* Jambon de pui, urda dulce, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine,
- *chimioterapie:* Jambon de pui, urda dulce, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine,
- *protectie colon:* Jambon de pui, urda dulce, unt 2 buc, ceai, paine
- *desodat:* Mini mozzarella 5 buc, urda dulce, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine,
- *colon op, stomac op:* Mini mozzarella 5 buc, urda dulce, unt 2 buc, gem, ceai, paine
- *colita:* Br de vaca, ou fiert, biscuiti, ceai, paine
- *diabet:* Jambon de pui, urda dulce, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, cacao cu lapte, paine,
- *ORL:* Sodou, biscuiti

ORA 10

87 cal.

Comun si regim: Iaurt proteic

PRANZ ORA 12

1246 cal

Comun: Ciorba de fasole boabe*, pulpa de pui*la tava cu piure de cartofi si mix legume*, salata, desert
Copii: Supa de carne, pulpa de pui*la tava cu piure de cartofi si legume*, salata, desert

Regim:

- *ficat:* Supa de carne, pulpa de pui*la tava si piure de cartofi cu mix legume *, desert
- *chimioterapie:* Ciorba de fasole boabe*, pulpa de pui*la tava cu piure de cartofi si mix legume*, salata, desert
- *chimioterapie digestiv:* Supa de carne, pulpa de pui*la tava si piure de cartofi cu mix legume *, desert
- *Protectie colon:* Supa de carne, pulpa de pui*la tava si piure de cartofi cu mix legume *, desert
- *desodat:* Ciorba de fasole boabe*, pulpa de pui*la tava cu piure de cartofi si legume*, desert
- *colon op, stomac op:* Supa de carne, pulpa de pui*la tava si piure de cartofi si dovlecel, desert
- *colita:* Supa de carne, pulpa de pui* si pilaf de orez si dovlecel, desert
- *diabet:* Ciorba de fasole boabe*, pulpa de pui*la tava cu piure de cartofi si legume*, salata, desert
- *ORL:* Pasirat

ORA 16

70 cal

Comun si regim: Fructe

CINA ORA 17.30

685cal

Comun: Paste carbonara, baton cu seminte, ceai
Copii: Paste carbonara, baton cu seminte, ceai

Regim:

- *ficat:* Paste carbonara, baton cu seminte, ceai
- *chimioterapie digestiv:* Salata de paste cu piept de pui, baton cu seminte, ceai
- *chimioterapie:* Paste carbonara, baton cu seminte, ceai
- *protectie colon:* Salata de paste cu piept de pui, baton cu seminte, ceai
- *desodat:* Paste carbonara cu piept de pui, baton cu seminte, ceai
- *colon op, stomac op:* Salata de paste cu piept de pui, biscuiti, ceai
- *colita:* Salata de paste cu piept de pui, biscuiti, ceai
- *diabet:* Paste carbonara, fructe, ceai
- *ORL:* Gris cu lapte

TOTAL CALORII /24 ORE 3316 cal

Nota

- In caz de situatii neprevazute meniul zilei poate suferi modificari.
- Meniul zilnic poate fi adaptat in functie de regimul dietetic solicitat.

Compartiment Dietetica
As. Diet. Ielciu Ioana



Meniul zilei: 22.10.2025

MIC DEJUN ORA 8

1178 cal

Comun: Pate de ton cu lamaie, telemea, unt 2 buc, miere, ceai, rosii paine,

Copii: Pate de ton cu lamaie, telemea, unt 2 buc, miere, ceai, rosii, paine

Regim:

- *ficat:* Pate de ton cu lamaie, telemea, unt 2 buc, miere, ceai , paine, rosii
- *chimioterapie:* Pate de ton cu lamaie, telemea, unt 2 buc, miere, ceai paine, rosii
- *chimioterapie digestiv:* Pate de ton cu lamaie, telmea, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *protectie colon:* Pate de ton cu lamaie, telemea, unt 2 buc ,ceai, paine
- *desodat:* Ou fiert, telemea, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii,
- *colon op, stomac op:* Ou fiert, telemea, unt 2 buc, miere, ceai, paine,
- *colita:* Ou fiert, br de vaca, biscuiti, ceai, paine,
- *diabet:* Pate de ton cu lamaie, ou fiert, telemea, unt 2 buc, lapte, paine, rosii
- *ORL:* Sodou, biscuiti

ORA 10

Comun si regim: Fruct

70 cal

PRANZ ORA 12

1443 cal

Comun: Ciorba de dovlecel, paste bolognese*, compot

Copii: Supa de carne, paste bolognese* compot, Barni

Regim:

- *ficat:* Supa de carne*, piept de pui* cu sos alb cu bulgur si amestec legume*, compot
- *chimioterapie:* Ciorba de dovlecel, paste bolognese*, compot
- *chimioterapie digestiv:* Supa de carne*, piept de pui* cu sos alb cu bulgur si amestec legume*, compot
- *desodat:* Ciorba de dovlecel, paste bolognese*, compot
- *protectie colon:* Supa de carne*, piept de pui* la tava si pireu de cartofi + morcovi baby*, compot
- *colon op, stomac op:* Supa de carne, piept de pui* si pireu de cartofi + morcovi baby*, biscuiti
- *colita:* Supa de carne, piept de pui* si pilaf de orez + morcovi baby*, banana
- *diabet:* Ciorba de dovlecel, paste bolognese*
- *ORL:* Pasirat

Ora 16

Comun si regim: Iaurt grecesc cu baton

236 cal

CINA ORA 17.30

570 cal

Comun: Papricas de cartofi, biscuiti ceai

Copii: Papanasi cu branza, biscuiti, ceai

Regim:

- *ficat:* Cartofi gratinati biscuiti ceai
- *chimioterapie:* Papricas de cartofi, biscuiti ceai
- *chimioterapie digestiv:* Cartofi gratinati, biscuiti ceai
- *protectie colon:* Cartofi gratinati, biscuiti ceai
- *desodat:* Papricas de cartofi, biscuiti ceai
- *colon op, stomac op:* Sote de morcovi* si pulpa de pui*, biscuiti ceai
- *colita:* Sote de morcovi* si pulpa de pui*,biscuiti, ceai
- *diabet:* Papricasi de cartofi, fruct, ceai
- *ORL:* Gris cu lapte

TOTAL CALORII /24 ORE

3498 cal

Nota

- In caz de situatii neprevazute meniul zilei poate suferi modificari.
- Meniul zilnic poate fi adaptat in functie de regimul dietetic solicitat.

Compartiment Dietetica
As. Diet. Ielciu Ioana



Meniul zilei: 23.10.2025

MIC DEJUN ORA 8

1178 cal

Comun: Sunca Praga, branza liptauer, unt 2 buc, gem, cafea cu lapte, paine,

Copii: Omleta cu sunca si cascava, branza liptauer, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine,

Regim:

- *ficat:* Sunca Praga, branza liptauer, unt 2 buc, gem, cafea cu lapte, paine,
- *chimioterapie:* Sunca Praga, branza liptauer, unt 2 buc, gem, cafea cu lapte, paine,
- *chimioterapie digestiv:* Sunca Praga, branza liptauer, unt 2 buc, gem, cafea cu lapte, paine,
- *protectie colon:* Sunca Praga, branza liptauer, unt 2 buc, cafea cu lapte,, paine,
- *desodat:* Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, gem, cafea cu lapte,, paine
- *colon op, stomac op:* Ou fiert, branza liptauer, unt 2 buc ,gem, ceai, paine,
- *colita:* Ou fiert, br de vaca, biscuiti, ceai, paine,
- *diabet:* Sunca Praga, branza liptauer, ou fiert, unt 2 buc, cafea cu lapte, paine
- *ORL:* Sodou, biscuiti

ORA 10

87 cal

Comun si regim: Iaurt proteic

PRANZ ORA 12

1241 cal

Comun: Ciorba taraneasca*, ostropel de porc* si mamaliguta, salata, desert

Copii: Supa de carne, snitel de pui* + cartofi prajiti*, salata, desert

Regim:

- *ficat:* Supa de carne, ostropel de porc* cu mamaliguta, desert
- *chimioterapie:* Ciorba taraneasca*, ostropel de porc* cu mamaliguta, salata, desert
- *chimioterapie digestiv:* Supa de carne, pulpa pui* si piure de cartofi + amestec legume *,salata, desert
- *desodat:* Ciorba taraneasca*, ostropel de porc* cu mamaliguta,, desert
- *protectie colon:* Supa de carne, pulpa de pui* si piure de cartofi + morcovi rondele*, desert
- *colon op, stomac op:* Supa de carne, pulpa de pui* si piure de cartofi + morcovi rondele*, desert
- *colita:* Supa de carne, pulpa de pui* si pilaf de orez + morcovi rondele*, biscuiti
- *diabet:* Ciorba taraneasca*, ostropel de porc* cu mamaliguta, salata,
- *ORL:* Pasirat

Ora 16

Comun si regim: Fruct

75 cal

CINA ORA 17.30

692 cal

Comun: Mancare de fasole verde* cu crochete*, baton cu seminte, ceai

Copii: Vargabeles, baton cu seminte, ceai

Regim:

- *ficat:* Mancare de fasole verde* cu crochete*, baton cu seminte, ceai
- *chimioterapie:* Mancare de fasole verde* cu crochete*, baton cu seminte, ceai
- *chimioterapie digestiv:* Mancare de fasole verde* cu crochete*, baton cu seminte, ceai
- *protectie colon:* Mancare de fasole verde* cu crochete*, baton cu seminte, ceai
- *desodat:* Mancare de fasole verde* cu piept de pui*, baton cu seminte, ceai
- *colon op, stomac op:* Sote de morcovi* cu piept de pui*, biscuiti, ceai
- *colita:* Sote de morcovi* cu piept de pui*, biscuiti, ceai
- *diabet:* Mancare de fasole verde* cu crochete*, fructe, ceai
- *ORL:* Gris cu lapte

TOTAL CALORII /24 ORE

3364 cal

Nota

- In caz de situatii neprevazute meniul zilei poate suferi modificari.
- Meniul zilnic poate fi adaptat in functie de regimul dietetic solicitat.

Compartiment Dietetica
As. Diet. Ielciu Ioana



Meniul zilei: 24.10.2025

MIC DEJUN ORA 8

1182 cal.

Comun: Salata de vinete*, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii

Copii: Crenvursti + mustar, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii

Regim:

- *ficat:* Jambon de pui, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *chimioterapie:* Salata de vinete*, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *chimioterapie digestiv:* Jambon de pui, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *protectie colon:* Jambon de pui, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, ceai, paine,
- *desodat:* Mini mozzarella 5 buc, ou fiert, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *colon op, stomac op:* Ou fiert, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, miere, ceai, paine,
- *colita:* Ou fiert, mini mozzarella 5 buc, biscuiti, ceai, paine
- *diabet:* Jambon de pui, salata de vinete*, mini mozzarella 5 buc, unt 2 buc, lapte, paine, rosii
- *ORL:* Sodou, biscuiti

ORA 10

217 cal

Comun si regim: Iaurt grecesc

PRANZ ORA 12

1119 cal.

Comun: Supa crema de legume*, ardei umplut* cu sos rosu si piure de cartofi, desert

Copii: Supa de carne*, pulpa de pui* la tava si piure de cartofi, salata, desert

Regim:

- *ficat:* Supa de carne, ardei umplut* cu sos alb si pure de cartofi, desert
- *chimioterapie:* Supa crema de legume*, ardei umplut* cu sos alb si piure de cartofi desert
- *chimioterapie digestiv:* Supa de carne*, ardei umplut* cu sos alb si piure de cartofi, desert
- *protectie colon:* Supa de carne*, pulpa de pui la tava si piure de cartofi, salata, desert
- *desodat:* Supa crema de legume*, ardei umplut* cu sos alb si piure de cartofi, desert
- *colon op, stomac op* Supa de carne*, pulpe de pui* la tava si pireu de cartofi + morcovi baby*, desert
- *colita:* Supa de carne*, pulpa de pui* la tava si pilaf de orez + morcovi baby*, desert
- *diabet:* Supa crema de legume*, ardei umplut* cu sos rosu si piure de cartofi, fruct,
- *ORL:* Pasirat

Ora 16

Comun si regim Fruct

70 cal.

CINA ORA 17.30

692 cal.

Comun: Piure de spanac si ou ochi, biscuiti, ceai

Copii: Piure de spanac si ou ochi, biscuiti, ceai

- *ficat:* Piure de spanac si ou ochi, biscuiti, ceai
- *chimioterapie :* Piure de spanac si ou ochi, biscuiti, ceai
- *chimioterapie digestiv:* Piure de spanac si ou ochi, biscuiti, ceai
- *protectie colon:* Sote de morcovi cu orez si ou ochi, biscuti, ceai
- *desodat:* Piure de spanac si ou ochi, biscuiti, ceai
- *colon op, stomac op:* Sote de morcovi cu orez si ou ochi, biscuiti, ceai
- *colita:* Sote de morcovi cu orez si ou ochi, fruct, ceai
- *diabet:* Piure de spanac si ou ochi, ceai
- *ORL:* Gris cu lapte

TOTAL CALORII /24 ORE

3280 cal

Nota

- In caz de situatii neprevazute meniul zilei poate suferi modificari.
- Meniul zilnic poate fi adaptat in functie de regimul dietetic solicitat.

Compartiment Dietetica
As. Diet. Ielciu Ioana



Meniul zilei: 25.10.2025

MIC DEJUN ORA 8

1310 cal

Comun: Sunca Praga, cas mozzarella, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine

Copii: Crenvursti + mustar, cas mozzarella, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine

Regim:

- *ficat:* Sunca Praga, cas mozzarella, unt 2 buc, gem, cacao cu lapte, paine
- *chimioterapie:* Sunca Praga, cas mozzarella, unt 2 buc,, gem, cacao cu lapte, paine
- *chimioterapie digestiv:* Sunca Praga , cas mozzarella, unt 2 buc,, gem, cacao cu lapte, paine
- *desodat:* Ou fiert cascaval, unt 2 buc gem, cacao cu lapte, paine
- *protectie colon:* Sunca Praga, cas mozzarella, unt 2 buc, ceai, paine,
- *colon op, stomac op:* Ou fiert , cas mozzarella, unt 2 buc, gem , ceai, paine
- *colita:* Br de vaca, ou fiert, biscuiti, ceai, paine
- *diabet:* Sunca Praga, ou fiert, cas mozzarella, unt 2 buc, cacao cu lapte, paine
- *ORL:* Sodou, biscuiti

ORA 10

Comun si regim: Fruct + iaurt grecesc

287 cal.

PRANZ ORA 12

1411 cal

Comun: Ciorba ardeleneasca, friptura de porc* cu bulgur + mix legume*, desert

Copii: Supa de carne, pulpa de pui* cu piure de cartofi + mix legume* , desert

Regim:

- *ficat:* Supa de carne, friptura de porc*cu bulgur + mix legume*,desert
- *chimioterapie:* Ciorba ardeleneasca, friptura de porc* cu bulgur + mix legume*, desert
- *chimioterapie digestiv:* Supa de carne, friptura de porc* cu bulgur + mix legume*, desert
- *desodat:* Ciorba ardeleneasca, friptura de porc*cu bulgur + mix legume*, desert
- *protectie colon:* Supa de carne, friptura de porc*la tava si bulgur + mix legume*,desert
- *colon op, stomac op:* Supa de carne, pulpa de pui* la tava si bulgur + morcovi baby*, desert
- *colita:* Supa de carne, pulpa de pui* si orez + morcovi baby*, fruct
- *diabet:* Ciorba ardeleneasca, friptura de porc*bulgur + mix legume*
- *ORL:* Pasirat

CINA ORA 17.30

246 cal.

Comun: Muschi file , urda dulce, corn, ceai

Copii: Muschi file, urda dulce, corn, ceai,

Regim:

- *ficat:* Muschi file, urda dulce, corn, ceai
- *chimioterapie:* Muschi file, urda dulce, corn, ceai
- *chimioterapie digestiv:* Muschi file, urda dulce, corn, ceai
- *desodat:* Ou fiert, urda dulce, corn, ceai
- *protectie colon:* Muschi file, urda dulce, corn, ceai
- *colon op, stomac op:* Muschi file, urda dulce, corn, ceai
- *colita:* Ou fiert, urda dulce, corn, ceai
- *diabet:* Muschi file, urda dulce, fruct, ceai
- *ORL:* Gris cu lapte

TOTAL CALORII /24 ORE

3254 cal

Nota

- In caz de situatii neprevazute meniul zilei poate suferi modificari.
- Meniul zilnic poate fi adaptat in functie de regimul dietetic solicitat.

Compartiment Dietetica
As. Diet. Ielciu Ioana



Meniul zilei: 26.10.2025

MIC DEJUN ORA 8

1215 cal.

Comun: Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
Copii: Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii

Regim:

- *ficat:* Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *chimioterapie:* Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *chimioterapie digestiv:* Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *protectie colon:* Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, ceai, paine,
- *desodat:* Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, miere, ceai, paine, rosii
- *colon op, stomac op* Ou fiert, cascaval, unt 2 buc, miere, ceai, paine,
- *colita:* Ou fiert, br de vaca, biscuiti, ceai, paine
- *diabet* Sunca Praga, cascaval, ou fiert, unt 2 buc, lapte, paine, rosii,
- *ORL:* Sodou, biscuiti

ORA 10

287 cal.

Comun si regim: Fruct + iaurt grecesc

PRANZ ORA 12

1494 cal.

Comun: Supa de carne*, piept de pui* cu sos de ciuperci si orez cu legume*, desert
Copii: Supa de carne*, piept de pui* si piure de cartofi, desert

Regim:

- *ficat:* Supa de carne*, piept de pui* cu sos de ciuperci si orez cu legume*, desert
- *chimioterapie:* Supa de carne*, piept de pui* cu sos de ciuperci si orez cu legume*, desert
- *chimioterapie digestiv:* Supa de carne*, piept de pui* cu sos de ciuperci si orez cu legume*, desert
- *protectie colon:* Supa de carne*, piept de pui* cu sos de ciuperci si orez cu legume*, desert
- *desodat:* Supa de carne*, piept de pui* cu sos de ciuperci si orez cu legume*, desert
- *colon op, stomac op* Supa de carne*, piept de pui* piure de cartofi + dovlecel*, desert
- *colita:* Supa de carne*, piept de pui* si pilaf de orez + dovlecel, desert
- *diabet:* Supa de carne*, piept de pui* cu sos de ciuperci si orez cu legume
- *ORL:* Pasira

CINA ORA 17.30

347 cal.

Comun: Jambon de pui, crema de branza 2 buc, corn, ceai
Copii: Jambon de pui crema de branza 2 buc, corn, ceai

Regim:

- *ficat:* Jambon de pui, crema de branza 2 buc, corn, ceai
- *chimioterapie:* Jambon de pui, crema de branza 2 buc, corn, ceai
- *chimioterapie digestiv:* Jambon de pui, crema de branza 2 buc, corn, ceai
- *desodat:* Ou fiert, telemea, iaurt grecesc, corn, ceai
- *protectie colon:* Jambon de pui, crema de branza 2 buc, corn, ceai
- *colon op, stomac op* Ou fiert, crema de branza 2 buc, corn, ceai
- *colita:* Ou fiert, cascaval, banana, corn, ceai
- *diabet:* Jambon de pui, crema de branza 2 buc, fruct, ceai
- *ORL:* Gris cu lapte

TOTAL CALORII /24 ORE 3343 cal

Nota

- In caz de situatii neprevazute meniul zilei poate suferi modificari.
- Meniul zilnic poate fi adaptat in functie de regimul dietetic solicitat.

Compartiment Dietetica
As. Diet. Ielciu Ioana