

| ZIUA I                                 |  |                   |               |              |              |              |              |                          |
|--|--|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------|
| Nr                                     | Denumirea bucatelor                              | Volumul bucatelor | Masa brută kg | Masa netă kg | Proteine g   | Lipide g     | Glucide g    | Valoarea energetica kkal |
|  |  |                   | <b>Dejun</b>  |              |              |              |              |                          |
| <b>1.</b>                              | <b>Terci din orez pe lapte cu caise confiate</b> | <b>1/200</b>      |               |              | <b>8,72</b>  | <b>6,60</b>  | <b>40,16</b> | <b>281,97</b>            |
|  | Crupe de orez                                    |                   | 0,035         | 0,035        | 2,53         | 0,69         | 21,83        | 126,47                   |
|  | Unt fără grasimi vegetale 82,5%                  |                   | 0,002         | 0,002        | 0,02         | 1,64         | 0,03         | 15,60                    |
|  | Caise confiate                                   |                   | 0,005         | 0,005        | 0,17         | 0,27         | 8,30         | 35,90                    |
|  | Lapte  |                   | 0,090         | 0,090        | 6,00         | 4,00         | 10,00        | 104,00                   |
| <b>3.</b>                              | <b>Tartină cu unt</b>                            | <b>1/20/10</b>    |               |              | <b>1,70</b>  | <b>8,44</b>  | <b>9,73</b>  | <b>131,40</b>            |
|  | Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic       |                   | 0,020         | 0,020        | 1,62         | 0,24         | 9,6          | 53,40                    |
|  | Unt fără grasimi vegetale 82,5%                  |                   | 0,010         | 0,010        | 0,08         | 8,20         | 0,1          | 78,00                    |
| <b>4.</b>                              | <b>Biscuiți de lapte</b>                         | <b>1/40</b>       | 0,040         | 0,040        | <b>0,00</b>  | <b>0,01</b>  | <b>2,30</b>  | <b>125,60</b>            |
| <b>5.</b>                              | <b>Ceai cu zahar si lămâie</b>                   | <b>1/200</b>      |               |              | <b>0,004</b> | <b>0,01</b>  | <b>5,27</b>  | <b>21,33</b>             |
|  | Ceai infuzie                                     |                   | 0,001         | 0,001        |              |              |              |                          |
|  | Lamai  |                   | 0,006         | 0,005        | 0,004        | 0,01         | 0,32         | 1,04                     |
|  | Zahăr  |                   | 0,005         | 0,005        |              |              | 4,95         | 20,29                    |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>  |  |                   |               |              | <b>10,42</b> | <b>15,05</b> | <b>55,16</b> | <b>560,30</b>            |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA I</b> |  |                   |               |              | <b>10,42</b> | <b>15,05</b> | <b>55,16</b> | <b>560,30</b>            |

| ZIUA II                                 |  |                   |               |              |              |              |               |                          |
|---|--|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------|
| Nr                                      | Denumirea bucatelor                        | Volumul bucatelor | Masa brută kg | Masa netă kg | Proteine g   | Lipide g     | Glucide g     | Valoarea energetica kkal |
|   |  |                   | Dejun         |              |              |              |               |                          |
| <b>1.</b>                               | <b>Roșii/castraveți murați</b>             | <b>1/50</b>       |               |              | <b>0.52</b>  | <b>0.04</b>  | <b>2.80</b>   | <b>16.40</b>             |
|   | Roșii/Castraveti murati feliați            |                   | 0.050         | 0.040        | 0.52         | 0.04         | 2.80          | 16.40                    |
| <b>2.</b>                               | <b>Parjoala de pui</b>                     | <b>1/80</b>       |               |              | <b>17.25</b> | <b>10.64</b> | <b>15.78</b>  | <b>157.68</b>            |
|   | Pupla de pui dezosată                      |                   | 0.070         | 0.070        | 14.78        | 6.25         | 4.26          | 84.55                    |
|   | Ouă de găină de categorie «Extra»          |                   | 0.003         | 0.003        | 1.13         | 0.87         | 0.09          | 12.44                    |
|   | Ceapa                                      |                   | 0.010         | 0.008        | 0.14         | 0.02         | 6.13          | 2.69                     |
|   | Pesmeti din pâine                          |                   | 0.010         | 0.010        | 0.90         | 0.30         | 4.80          | 25.80                    |
|   | Lapte 2,5%                                 |                   | 0.010         | 0.010        | 0.30         | 0.20         | 0.50          | 5.20                     |
|   | Sare iodată                                |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |               |                          |
|   | Ulei de floarea soarelui rafinat           |                   | 0.003         | 0.003        |              | 3.00         |               | 27.00                    |
| <b>3.</b>                               | <b>Piureu din cartofi</b>                  | <b>1/150</b>      |               |              | <b>2.16</b>  | <b>3.11</b>  | <b>20.52</b>  | <b>113.40</b>            |
|   | Cartofi                                    |                   | 0.180         | 0.150        | 2.16         | 0.11         | 20.5          | 86.40                    |
|   | Sare iodată                                |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |               |                          |
|   | Unt fara grasimi vegetale                  |                   | 0.003         | 0.003        |              | 3.00         |               | 27.00                    |
| <b>4.</b>                               | <b>Pâine feliată</b>                       | <b>1/50</b>       |               | <b>0.050</b> | <b>4.05</b>  | <b>0.60</b>  | <b>24.0</b>   | <b>133.50</b>            |
|   | Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic |                   | 0.050         | 0.050        | 4.05         | 0.60         | 24.0          | 133.50                   |
| <b>5.</b>                               | <b>Compot de fructe proaspete</b>          | <b>1/200</b>      |               |              | <b>0.32</b>  | <b>0</b>     | <b>10.8</b>   | <b>46.84</b>             |
|   | Fructe proaspete                           |                   | 0.050         | 0.045        | 0.32         |              | 5.85          | 26.55                    |
|   | Zahăr                                      |                   | 0.005         |              |              |              | 4.95          | 20.29                    |
| <b>Gustare</b>                          |  |                   |               |              |              |              |               |                          |
| <b>1.</b>                               | <b>Fructe proaspete</b>                    | <b>1/100</b>      | <b>0.100</b>  | <b>0.100</b> | <b>1.4</b>   | <b>0.42</b>  | <b>30.82</b>  | <b>124.6</b>             |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>   |  |                   |               |              | <b>25.70</b> | <b>14.81</b> | <b>104.72</b> | <b>592.42</b>            |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA II</b> |  |                   |               |              | <b>25.70</b> | <b>14.81</b> | <b>104.72</b> | <b>592.42</b>            |

| ZIUA III                                 |  |                   |               |              |              |             |              |                          |
|--|--|-------------------|---------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------------------|
| Nr                                       | Denumirea bucatelor                        | Volumul bucatelor | Masa brută kg | Masa netă kg | Proteine g   | Lipide g    | Glucide g    | Valoarea energetica kkal |
|  |  |                   | Dejun         |              |              |             |              |                          |
| 1.                                       | <b>Brânză cu smântână tratată termic</b>   | <b>1/50</b>       |               |              | <b>0.46</b>  | <b>0.08</b> | <b>4.12</b>  | <b>5.28</b>              |
|  | Brânză de vaci                             |                   | 0.040         | 0.040        | 0.39         | 0.07        | 1.05         | 3.94                     |
|  | Smântână                                   |                   | 0.010         | 0.010        | 0.07         | 0.01        | 3.07         | 1.34                     |
| 2.                                       | <b>Pește copt în sos de legume sotate</b>  | <b>1/70</b>       |               |              | <b>15.21</b> | <b>4.58</b> | <b>24.33</b> | <b>130.59</b>            |
|  | Pește congelat                             |                   | 0.060         | 0.060        | 13.77        | 1.38        |              | 63.99                    |
|  | Făină de grâu                              |                   | 0.005         | 0.005        | 0.50         | 0.05        | 3.65         | 17.90                    |
|  | Ulei de floare soarelui rafinat            |                   | 0.003         |              |              | 3.00        |              | 27.00                    |
|  | Morcov                                     |                   | 0.020         | 0.020        | 0.31         | 0.02        | 1.68         | 9.84                     |
|  | Pasta de tomate                            |                   | 0.001         | 0.001        | 0.20         | 0.08        | 0.60         | 3.80                     |
|  | Sare iodată                                |                   | 0.001         |              |              |             |              |                          |
|  | Ceapă                                      |                   | 0.020         | 0.020        | 0.43         | 0.05        | 18.40        | 8.06                     |
| 3.                                       | <b>Mamaliguță</b>                          | <b>1/150</b>      |               |              | <b>2.04</b>  | <b>4.90</b> | <b>13.47</b> | <b>104.00</b>            |
|  | Crupe de porumb                            |                   | 0.040         | 0.040        | 2.00         | 0.80        | 13.4         | 65.00                    |
|  | Sare iodată                                |                   | 0.001         | 0.001        |              |             |              |                          |
|  | Unt fara grasimi vegetale 82,5%            |                   | 0.002         | 0.002        | 0.04         | 4.10        | 0.1          | 39.00                    |
| 4.                                       | <b>Pâine feliată</b>                       | <b>1/30</b>       |               |              | <b>2.43</b>  | <b>0.36</b> | <b>14.4</b>  | <b>125.6</b>             |
|  | Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic |                   | 0.030         | 0.030        | 2.43         | 0.36        | 14.4         | 125.6                    |
| 5.                                       | <b>Compot de fructe uscate</b>             | <b>1/200</b>      |               |              | <b>0.32</b>  | <b>0</b>    | <b>10.8</b>  | <b>108.24</b>            |
|  | Fructe uscate                              |                   | 0.015         | 0.015        | 0.32         |             | 5.85         | 87.95                    |
|  | Zahăr                                      |                   | 0.005         | 0.005        |              |             | 4.95         | 20.29                    |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>    |  |                   |               |              | <b>17.71</b> | <b>9.56</b> | <b>41.92</b> | <b>473.71</b>            |
|  |  | Gustare           |               |              |              |             |              |                          |
| 1.                                       | <b>Fructe proaspete</b>                    | <b>1/100</b>      | <b>0.100</b>  | 0.100        | <b>0.53</b>  | <b>0</b>    | <b>14.92</b> | <b>62.04</b>             |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA III</b> |  |                   |               |              | <b>18.24</b> | <b>9.56</b> | <b>56.84</b> | <b>535.75</b>            |

| ZIUA IV                                 |   |                   |               |              |              |              |              |                          |
|---|---|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------|
| Nr                                      | Denumirea bucatelor   | Volumul bucatelor | Masa brută kg | Masa netă kg | Proteine g   | Lipide g     | Glucide g    | Valoarea energetica kkal |
|   |   |                   | Dejun         |              |              |              |              |                          |
| 1.                                      | Paste bologneze   | 1/200             |               |              | 4.42         | 11.30        | 20.01        | 195.48                   |
|   | Paste fainoase  |                   | 0.055         | 0.055        | 2.38         | 0.20         | 13.27        | 70.69                    |
|   | Pulpa de pui dezosată tocată                                    |                   | 0.030         | 0.030        | 2.00         | 7.00         | 1.72         | 65.50                    |
|   | Morcov  |                   | 0.010         | 0.002        | 0.04         | 4.10         | 0.07         | 39.00                    |
|   | Paste de tomate   |                   | 0.002         | 0.002        |              |              |              |                          |
|   | Sare iodată   |                   | 0.002         | 0.002        |              |              | 4.95         | 20.29                    |
| 2.                                      | Tartina cu unt si cascaval                                      | 1/30/5/15         |               |              | 6.48         | 8.89         | 14.47        | 172.27                   |
|   | Pâine alba de făină integrală fortificată cu fier și acid folic |                   | 0.030         | 0.030        | 2.70         | 0.90         | 14.40        | 77                       |
|   | Brânză tare 45%   |                   | 0.015         | 0.015        | 3.74         | 3.89         |              | 56                       |
|   | Unt fără grasimi vegetale 82%                                   |                   | 0.005         | 0.005        | 0.04         | 4.10         | 0.07         | 39                       |
| 3.                                      | Ceai cu zahar si lămâie   | 1/200             |               |              | 0.004        | 0.01         | 5.27         | 21.33                    |
|   | Ceai infuzie  |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |              |                          |
|   | Lamai   |                   | 0.006         | 0.005        | 0.004        | 0.01         | 0.32         | 1.04                     |
|   | Zahăr   |                   | 0.005         | 0.005        |              |              | 4.95         | 20.29                    |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>   |   |                   |               |              | <b>10.90</b> | <b>20.19</b> | <b>34.48</b> | <b>367.75</b>            |
|   | Gustare   |                   |               |              |              |              |              |                          |
| 1.                                      | Fructe proaspete  | 1/100             | 0.100         | 0.100        | 0.53         |              | 14.92        | 62.04                    |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA IV</b> |   |                   |               |              | <b>11.43</b> | <b>20.19</b> | <b>49.40</b> | <b>429.79</b>            |

| ZIUA V                                 |   |                   |               |              |              |              |              |                          |
|--|---|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------|
| Nr                                     | Denumirea bucatelor                                     | Volumul bucatelor | Masa brută kg | Masa netă kg | Proteine g   | Lipide g     | Glucide g    | Valoarea energetica kkal |
|  |   |                   | Dejun         |              |              |              |              |                          |
| <b>1.</b>                              | <b>Fileu de pui julien în sos alb</b>                   | <b>1/60</b>       |               |              | <b>20.88</b> | <b>15.73</b> | <b>10.60</b> | <b>245.31</b>            |
|  | Fileu de pui  |                   | 0.070         | 0.070        | 15.75        | 1.26         | 0.63         | 71.82                    |
|  | Smântână  |                   | 0.004         | 0.004        | 1.13         | 0.87         | 0.09         | 12.44                    |
|  | Sare iodată   |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |              |                          |
|  | Ceapă   |                   | 0.015         | 0.015        | 3.00         | 10.50        | 2.58         | 98.25                    |
|  | Făină de grâu integrală fortificată cu Fe și acid folic |                   | 0.005         | 0.010        | 1.00         | 0.10         | 7.30         | 35.80                    |
|  | Ulei de floarea soarelui rafinat                        |                   | 0.003         | 0.003        |              | 3.00         |              | 27.00                    |
| <b>2.</b>                              | <b>Terci din hrișcă</b>                                 | <b>1/150</b>      |               |              | <b>2.63</b>  | <b>4.23</b>  | <b>24.69</b> | <b>191.30</b>            |
|  | Crupe de hrișcă   |                   | 0.040         | 0.040        | 2.59         | 0.13         | 24.62        | 152.30                   |
|  | Unt fără grasimi vegetale 82,5%                         |                   | 0.003         | 0.003        | 0.04         | 4.10         | 0.07         | 39.00                    |
|  | Sare iodată   |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |              |                          |
| <b>3.</b>                              | <b>Salata vitamina</b>                                  | <b>1/50</b>       |               |              | <b>0.85</b>  | <b>1.02</b>  | <b>14.45</b> | <b>34.8</b>              |
|  | Morcov proaspat   |                   | 0.030         | 0.030        | 0.29         |              | 2            | 8.55                     |
|  | Conopidă  |                   | 0.015         | 0.015        | 0.48         | 0.02         | 12           | 6                        |
|  | Ardei proaspeti   |                   | 0.005         | 0.005        | 0.08         |              | 0.45         | 2.25                     |
|  | Ulei de floarea soarelui rafinat                        |                   | 0.001         | 0.001        |              | 1            |              | 18                       |
| <b>4.</b>                              | <b>Pâine porționată</b>                                 | <b>1/30</b>       |               |              | <b>1.62</b>  | <b>0.24</b>  | <b>9.60</b>  | <b>53.40</b>             |
|  | Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic              |                   | 0.030         | 0.030        | 1.62         | 0.24         | 9.6          | 53.40                    |
| <b>5.</b>                              | <b>Compot de fructe proaspete</b>                       | <b>1/200</b>      |               |              | <b>0.32</b>  | <b>0</b>     | <b>10.8</b>  | <b>46.84</b>             |
|  | Fructe proaspete  |                   | 0.050         | 0.045        | 0.32         |              | 5.85         | 26.55                    |
|  | Zahăr   |                   | 0.005         |              |              |              | 4.95         | 20.29                    |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>  |   |                   |               |              | <b>25.45</b> | <b>20.20</b> | <b>55.69</b> | <b>536.85</b>            |
|  |   | Gustare           |               |              |              |              |              |                          |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA V</b> |   |                   |               |              | <b>26.30</b> | <b>21.22</b> | <b>70.14</b> | <b>571.65</b>            |

| ZIUA VI                                 |   |                   |               |              |              |              |              |                          |
|---|---|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------|
| Nr                                      | Denumirea bucatelor                                       | Volumul bucatelor | Masa brută kg | Masa netă kg | Proteine g   | Lipide g     | Glucide g    | Valoarea energetica kkal |
|   |   |                   | Dejun         |              |              |              |              |                          |
| <b>1.</b>                               | <b>Terci din orz mășcat pe lapte</b>                      | <b>1/200</b>      |               |              | <b>7.82</b>  | <b>8.25</b>  | <b>22.00</b> | <b>204.13</b>            |
|   | Lapte 2,5 %   |                   | 0.100         | 0.100        | 6            | 4            | 10           | 104                      |
|   | Crupe de orz mășcat                                       |                   | 0.025         | 0.025        | 1.78         | 0.15         | 9.95         | 53.01                    |
|   | Zahăr   |                   | 0.002         | 0.002        |              |              | 1.98         | 8.12                     |
|   | Unt fără grasimi vegetale 82,5%                           |                   | 0.003         | 0.003        | 0.04         | 4.1          | 0.07         | 39                       |
| <b>2.</b>                               | <b>Tartina cu unt și cascaval</b>                         | <b>1/30/5/10</b>  |               |              | <b>7.73</b>  | <b>10.18</b> | <b>14.47</b> | <b>190.90</b>            |
|   | Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic |                   | 0.030         | 0.030        | 2.7          | 0.9          | 14.4         | 77.4                     |
|   | Brânză tare 45%   |                   | 0.010         | 0.015        | 4.99         | 5.18         |              | 74.5                     |
|   | Unt fără grasimi vegetale 82,5%                           |                   | 0.005         | 0.005        | 0.04         | 4.1          | 0.07         | 39                       |
| <b>3.</b>                               | <b>Ou fiert</b>   | <b>1/50</b>       |               |              | <b>6.79</b>  | <b>5.22</b>  | <b>0.52</b>  | <b>74.65</b>             |
|   | Ouă de găină de categorie «Exstra»                        |                   | 0.060         | 0.050        | 6.79         | 5.22         | 0.52         | 74.65                    |
| <b>3.</b>                               | <b>Ceai</b>   | <b>1/200</b>      |               |              | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>2.97</b>  | <b>12.17</b>             |
|   | Ceai infuzie  |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |              |                          |
|   | Zahăr   |                   | 0.003         | 0.003        |              |              | 2.97         | 12.17                    |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>   |   |                   |               |              | <b>22.34</b> | <b>23.65</b> | <b>39.96</b> | <b>481.85</b>            |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VI</b> |   |                   |               |              | <b>22.34</b> | <b>23.65</b> | <b>39.96</b> | <b>481.85</b>            |

| ZIUA VII                                 |  |                   |               |              |              |              |               |                          |
|--|--|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------|
| Nr                                       | Denumirea bucatelor                        | Volumul bucatelor | Masa brută kg | Masa netă kg | Proteine g   | Lipide g     | Glucide g     | Valoarea energetica kkal |
|  |  |                   | Dejun         |              |              |              |               |                          |
| 1.                                       | <b>Parjoala de pui</b>                     | <b>1/80</b>       |               |              | <b>17.25</b> | <b>10.64</b> | <b>15.78</b>  | <b>157.68</b>            |
|  | Pupla de pui dezosată                      |                   | 0.070         | 0.070        | 14.78        | 6.25         | 4.26          | 84.55                    |
|  | Ouă de găină de categorie «Exstra»         |                   | 0.003         | 0.003        | 1.13         | 0.87         | 0.09          | 12.44                    |
|  | Ceapa                                      |                   | 0.010         | 0.008        | 0.14         | 0.02         | 6.13          | 2.69                     |
|  | Pesmeti din pâine                          |                   | 0.010         | 0.010        | 0.90         | 0.30         | 4.80          | 25.80                    |
|  | Lapte 2,5%                                 |                   | 0.010         | 0.010        | 0.30         | 0.20         | 0.50          | 5.20                     |
|  | Sare iodată                                |                   | 0.002         | 0.002        |              |              |               |                          |
|  | Ulei de floarea soarelui rafinat           |                   | 0.003         | 0.003        |              | 3.00         |               | 27.00                    |
| 2.                                       | <b>Paste fierte cu sos roșu</b>            | <b>1/150</b>      |               |              | <b>5.49</b>  | <b>2.76</b>  | <b>49.86</b>  | <b>207.18</b>            |
|  | Paste făinoase                             |                   | 0.055         | 0.055        | 5.00         | 0.65         | 37.00         | 180.00                   |
|  | Ulei de floarea soarelui rafinat           |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |               |                          |
|  | <b>Sos roșu</b>                            |                   |               |              |              |              |               |                          |
|  | Ceapă uscată                               |                   | 0.020         | 0.016        | 0.29         | 0.03         | 12.26         | 5.38                     |
|  | Pasta de tomate                            |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |               |                          |
|  | Sare iodată                                |                   | 0.002         | 0.002        |              |              |               |                          |
|  | Făina de grau                              |                   | 0.002         | 0.002        |              |              |               |                          |
|  | Ulei de floarea soarelui rafinat           |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |               |                          |
| 3.                                       | <b>Salată din mazare conservată</b>        | <b>1/50</b>       |               |              |              |              |               |                          |
|  | Mazare verde conservată                    |                   | 0.030         | 0.030        |              |              |               |                          |
|  | Ceapă uscată                               |                   | 0.020         | 0.020        | 0.20         | 0.08         | 0.60          | 3.80                     |
|  | Sare iodată                                |                   | 0.001         | 0.001        |              |              |               |                          |
|  | Ulei de floarea soarelui rafinat           |                   | 0.001         | 0.001        |              | 2.00         |               | 18.00                    |
| 3.                                       | <b>Pâine feliată</b>                       | <b>1/20</b>       |               |              | <b>1.62</b>  | <b>0.24</b>  | <b>9.6</b>    | <b>53.4</b>              |
|  | Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic |                   | 0.020         | 0.020        | 1.62         | 0.24         | 9.6           | 53.4                     |
| 5.                                       | <b>Compot de fructe proaspete</b>          | <b>1/200</b>      |               |              | <b>0.32</b>  | <b>0</b>     | <b>10.8</b>   | <b>46.84</b>             |
|  | Mere proaspete                             |                   | 0.050         | 0.045        | 0.32         |              | 5.85          | 26.55                    |
|  | Zahăr                                      |                   | 0.005         |              |              |              | 4.95          | 20.29                    |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>    |  |                   |               |              | <b>24.68</b> | <b>13.64</b> | <b>86.04</b>  | <b>465.10</b>            |
|  |  | Gustare           |               |              |              |              |               |                          |
| 1.                                       | <b>Fructe proaspete</b>                    | <b>1/100</b>      | <b>0.100</b>  | <b>0.100</b> | <b>0.53</b>  | <b>0</b>     | <b>14.92</b>  | <b>62.04</b>             |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VII</b> |  |                   |               |              | <b>25.21</b> | <b>13.64</b> | <b>100.96</b> | <b>527.14</b>            |

| ZIUA VIII                                 |  |                   |                |               |              |             |              |                          |
|---|--|-------------------|----------------|---------------|--------------|-------------|--------------|--------------------------|
| Nr  | Denumirea bucatelor                        | Volumul bucatelor | Masa brutto kg | Masa netto kg | Proteine g   | Lipide g    | Glucide g    | Valoarea energetica kkal |
| <b>Dejun</b>                              |  |                   |                |               |              |             |              |                          |
| <b>2.</b>                                 | <b>Pește copt în sos de legume sotate</b>  | <b>1/70</b>       |                |               | <b>15.21</b> | <b>4.58</b> | <b>24.33</b> | <b>130.59</b>            |
|   | Pește congelat                             |                   | 0.060          | 0.060         | 13.77        | 1.38        |              | 63.99                    |
|   | Făină de grâu                              |                   | 0.005          | 0.005         | 0.50         | 0.05        | 3.65         | 17.90                    |
|   | Ulei de floare soarelui rafinat            |                   | 0.003          |               |              | 3.00        |              | 27.00                    |
|   | Morcov                                     |                   | 0.020          | 0.020         | 0.31         | 0.02        | 1.68         | 9.84                     |
|   | Pasta de tomate                            |                   | 0.001          | 0.001         | 0.20         | 0.08        | 0.60         | 3.80                     |
|   | Sare iodată                                |                   | 0.001          |               |              |             |              |                          |
|   | Ceapă                                      |                   | 0.020          | 0.020         | 0.43         | 0.05        | 18.40        | 8.06                     |
| <b>3.</b>                                 | <b>Mamaliguță</b>                          | <b>1/150</b>      |                |               | <b>2.04</b>  | <b>4.90</b> | <b>13.47</b> | <b>104.00</b>            |
|   | Crupe de porumb                            |                   | 0.040          | 0.040         | 2.00         | 0.80        | 13.4         | 65.00                    |
|   | Sare iodată                                |                   | 0.001          | 0.001         |              |             |              |                          |
|   | Unt fara grasimi vegetale 82,5%            |                   | 0.002          | 0.002         | 0.04         | 4.10        | 0.1          | 39.00                    |
| <b>4.</b>                                 | <b>Salată țărănească</b>                   | <b>1/50</b>       |                |               | <b>0.97</b>  | <b>1.04</b> | <b>4.15</b>  | <b>29.48</b>             |
|   | Varza                                      |                   | 0.040          | 0.032         | 0.26         |             | 1.73         | 9.92                     |
|   | Morcov                                     |                   | 0.020          | 0.016         | 0.21         | 0.02        | 1.12         | 6.56                     |
|   | Ceapă                                      |                   | 0.010          | 0.010         | 0.50         | 0.02        | 1.30         | 4.00                     |
|   | Verdeată                                   |                   | 0.001          | 0.001         |              |             |              |                          |
|   | Ulei de floarea soarelui(nerafinat)        |                   | 0.001          | 0.001         |              | 1.00        | 0.00         | 9.00                     |
| <b>5.</b>                                 | <b>Pâine feliată</b>                       | <b>1/30</b>       |                |               | <b>1.62</b>  | <b>0.24</b> | <b>9.60</b>  | <b>53.40</b>             |
|   | Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic |                   | 0.030          | 0.030         | 1.62         | 0.24        | 9.6          | 53.4                     |
| <b>6.</b>                                 | <b>Compot de fructe uscate</b>             | <b>1/200</b>      |                |               | <b>0.32</b>  | <b>0</b>    | <b>10.8</b>  | <b>108.24</b>            |
|   | Fructe uscate                              |                   | 0.015          | 0.015         | 0.32         |             | 5.85         | 87.95                    |
|   | Zahăr                                      |                   | 0.005          | 0.005         |              |             | 4.95         | 20.29                    |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>     |  |                   |                |               | <b>20.12</b> | <b>6.66</b> | <b>62.28</b> | <b>386.71</b>            |
| <b>Gustare</b>                            |  |                   |                |               |              |             |              |                          |
| <b>1.</b>                                 | <b>Fructe proaspete</b>                    | <b>1/100</b>      | <b>0.100</b>   | <b>0.100</b>  | <b>1.4</b>   | <b>0.42</b> | <b>30.8</b>  | <b>124.6</b>             |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VIII</b> |  |                   |                |               | <b>21.52</b> | <b>7.08</b> | <b>93.08</b> | <b>511.31</b>            |



| ZIUA IX                                 |  |                   |                |               |              |              |              |                          |
|---|--|-------------------|----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------|
| Nr                                      | Denumirea bucatelor                                      | Volumul bucatelor | Masa brutto kg | Masa netto kg | Proteine g   | Lipide g     | Glucide g    | Valoarea energetica kkal |
| <b>Dejun</b>                            |  |                   |                |               |              |              |              |                          |
| <b>1.</b>                               | <b>Terci din fulgi de ovaz pe lapte cu fructe uscate</b> | <b>1/200</b>      |                |               | <b>8.10</b>  | <b>8.70</b>  | <b>23.48</b> | <b>206.31</b>            |
|   | Fulgi de ovaz  |                   | 0.025          | 0.025         | 1.5          | 0.6          | 10.05        | 48.75                    |
|   | Unt fără grasimi vegetale                                |                   | 0.003          | 0.003         | 0.04         | 4.10         | 0.07         | 39.00                    |
|   | Stafide  |                   | 0.005          | 0.005         | 0.56         |              | 3.36         | 14.56                    |
|   | Lapte 2,5%   |                   | 0.110          | 0.110         | 6            | 4.00         | 10           | 104.00                   |
| <b>2.</b>                               | <b>Tartină cu unt</b>                                    | <b>1/20/10</b>    |                |               | <b>1.70</b>  | <b>8.44</b>  | <b>9.73</b>  | <b>131.40</b>            |
|   | Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic               |                   | 0.020          | 0.020         | 1.62         | 0.24         | 9.6          | 53.40                    |
|   | Unt fără grasimi vegetale 82,5%                          |                   | 0.010          | 0.010         | 0.08         | 8.20         | 0.1          | 78.00                    |
| <b>3.</b>                               | <b>Biscuiți de lapte</b>                                 | <b>1/40</b>       | 0.040          | 0.040         | <b>0.00</b>  | <b>0.00</b>  | <b>2.30</b>  | <b>125.60</b>            |
| <b>4.</b>                               | <b>Cacao cu lapte</b>                                    | <b>1/200</b>      |                |               | <b>4.70</b>  | <b>3.14</b>  | <b>12.99</b> | <b>100.58</b>            |
|   | Lapte  |                   | 0.150          | 0.150         | 4.50         | 3.00         | 7.50         | 78.00                    |
|   | Zahăr  |                   | 0.005          | 0.005         |              |              | 4.95         | 20.29                    |
|   | Cacao  |                   | 0.001          | 0.001         | 0.20         | 0.14         | 0.54         | 2.29                     |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>   |  |                   |                |               | <b>14.50</b> | <b>20.28</b> | <b>46.20</b> | <b>438.29</b>            |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA IX</b> |  |                   |                |               | <b>14.50</b> | <b>20.28</b> | <b>46.20</b> | <b>438.29</b>            |

| ZIUA X                                 |   |                   |               |              |              |              |              |                          |
|--|---|-------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------|
| Nr                                     | Denumirea bucatelor   | Volumul bucatelor | Masa brută kg | Masa netă kg | Proteine g   | Lipide g     | Glucide g    | Valoarea energetica kkal |
|  |   |                   | <b>Dejun</b>  |              |              |              |              |                          |
| <b>1.</b>                              | <b>Papricaș din mixt de carne de porc și pui</b>                | <b>1/50/</b>      |               |              | <b>3.54</b>  | <b>18.14</b> | <b>21.72</b> | <b>185.43</b>            |
|  | Crane de purcel degresata                                       |                   | 0.020         | 0.030        | 1.28         | 9.41         | 5.44         | 76.80                    |
|  | Fileu de pui  |                   | 0.030         | 0.030        | 1.56         | 5.60         | 2.30         | 65.89                    |
|  | Sare iodată   |                   | 0.003         | 0.003        |              |              |              |                          |
|  | Morcov  |                   | 0.020         | 0.016        | 0.21         | 0.02         | 1.12         | 6.56                     |
|  | Ceapă   |                   | 0.020         | 0.016        | 0.29         | 0.03         | 12.26        | 5.38                     |
|  | Rosii în suc propriu  |                   | 0.020         | 0.020        | 0.20         | 0.08         | 0.60         | 3.80                     |
|  | Ulei de floarea soarelui rafinat                                |                   | 0.003         | 0.003        |              | 3.00         |              | 27.00                    |
| <b>2.</b>                              | <b>Piure de mazare</b>  | <b>1/200</b>      |               |              | <b>13.73</b> | <b>0.60</b>  | <b>31.64</b> | <b>187.46</b>            |
|  | Mazare  |                   | 0.060         | 0.059        | 13.73        | 0.60         | 31.64        | 187.46                   |
|  | Sare iodată   |                   | 0.003         | 0.003        |              |              |              |                          |
| <b>3.</b>                              | <b>Salata de iarnă</b>  | <b>1/50</b>       |               |              | <b>3.09</b>  | <b>8</b>     | <b>8.63</b>  | <b>102.02</b>            |
|  | Sfecla  |                   | 0.080         | 0.060        | 1.09         |              | 6.91         | 27.52                    |
|  | Semințe de floarea soarelui                                     |                   | 0.002         | 0.002        | 2            | 7            | 1.72         | 65.5                     |
|  | Ulei de floarea soarelui(nerafinat)                             |                   | 0.001         | 0.001        |              | 1            |              | 9                        |
| <b>4.</b>                              | <b>Suc în asortiment</b>  | <b>1/200</b>      | <b>0.200</b>  |              | <b>0.58</b>  | <b>0.2</b>   | <b>1.2</b>   | <b>95.2</b>              |
| <b>5.</b>                              | <b>Pâine feliată</b>  | <b>1/30</b>       |               |              | <b>1.62</b>  | <b>0.24</b>  | <b>9.6</b>   | <b>53.4</b>              |
|  | Pâine alba de făină integrală fortificată cu fier și acid folic |                   | 0.030         | 0.030        | 1.62         | 0.24         | 9.6          | 53.4                     |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun</b>  |   |                   |               |              | <b>22.56</b> | <b>27.18</b> | <b>72.79</b> | <b>623.51</b>            |
| <b>Gustare</b>                         |   |                   |               |              |              |              |              |                          |
| <b>1.</b>                              | <b>Fructe proaspete</b>   | <b>1/100</b>      | <b>0.100</b>  | <b>0.100</b> | <b>1.4</b>   | <b>0.42</b>  | <b>30.8</b>  | <b>124.6</b>             |
| <b>TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA X</b> |   |                   |               |              | <b>22.56</b> | <b>27.18</b> | <b>72.79</b> | <b>623.51</b>            |