

COORDONAT

Şef CSP mun. Chişinău

Dna Eudochia Tcaci

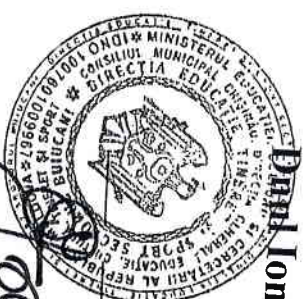


18 12 2019

APROBAT

Şef DETS sec. Buicani

Dan Ion Vînceanu



2019

MENIU - MODEL

pentru copii din instituţiile de educaţie timpurie din sectorul Buicani pentru anul 2019 – 2020
Sezon (iarnă – primăvară)

Chişinău 2019



cu regim de activitate de 12-24 ore
din sectorul Buiucani pentru anul 2019 - 2020
Sezon (iarnă - primăvară)

Sezon (vară - primăvară)									
N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal	
PRIMA ZI - LUNI									
Dejun									
Terci din mei cu dovleac/stafide/măr/seminte:									
	mei	180	235	190	6,82	7,42	45,03	270,57	
	dovleac		30	29,7	3,27	1,25	21,68	112,27	
	stafide		50	35	0,35		2,1	9,1	
1	lapte 2.5%		10	10	0,17	0,07	6,3	25	
	zahăr		130	100	3	2	5	52	
	unt 72,5%		10	10				34,8	
			5	5	0,03	4,1	0,05	37,4	
Ceai cu lămâie:									
2	lămâie	200	16,2	13,2	0,03	0,01	10,17	35,67	
	zahăr		6	3	0,03	0,01	0,27	0,87	
	ceai		10	10			9,9	34,8	
3	Tartina cu unt		0,2	0,2					
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40/10/10	50	50	3,3	8,68	19,29	181,6	
	unt 72,5%		40	40	3,24	0,48	19,2	106,8	
			10	10	0,06	8,2	0,09	74,8	
	Total Dejunul I		301,2	253	10,15	16,1	74,49	487,84	
II Dejun									
1	Fruite proaspete (mere, banane, portocale, ect.)	150	150	132	0,52		15	62	
2									
Prânz									
Salata de legume de sezon:									
	varză/brocoli/sfecla	50	82	68,4	0,75	2	3,12	34,87	
1	morcov		50	42	0,4		1,2	6,8	
	ceapă/praj/tulpină de țelină		20	16	0,21	0,02	1,12	6,56	
	ulei nerafinat		10	8,4	0,14		0,8	3,53	
	Supă cu boboase și smântână :		2	2		1,98		17,98	
	smântână 15%	200	178	117	7,6	5,39	26,84	174,15	
	fasole/ linte/mazăre		10	10	0,28	2	0,32	20	
			15	14	5,47	0,25	13,43	75,37	

N	d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
2		Cartofi							
		morcovi		120	64	1,08	0,05	10,26	43,2
		ceapă		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
		ulei		10	8,4	0,14		0,8	3,53
		verdeată		3	3		2,97		26,97
		sare		3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
		roșii proaspete		2	2				
3		Cartofi copti cu legume cu carne de pui:							
		carne de pui	200	5	4,75	0,03		0,2	0,86
		cartofi		327	256	25,79	16,4	33,17	287,76
		ceapă/praj/tulpină de țelină		110	100	22,88	9,68	6,6	130,9
		morcov		160	108	2,16	0,11	20,52	86,4
		ardei		10	8,4	0,14		0,8	3,53
		telina		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
		roșii		10	7,5	0,08		0,45	2,25
		ulei		10	7,5	0,35	0,36	3,8	2,8
		unt 72,5%		3	9,5	0,06		0,4	1,71
4		Suc fructe cu aditivi și zahăr 50/100 ml		4	4	0,02	3,28	0,04	26,97
5		Pâine de secară	150	150	150	0,3		16,5	29,92
Total Prânzul				50	50	4,5	1,5	24	69
				787	641	38,94	25,3	103,63	694,78
Gustarea									
1		Tartina cu magiun/nuci, migdale	40/15/10	30	30	2,46	2,85	22,2	127,8
		Nuci, migdale		10	10	2	7	1	65
		Magiun		15	15	0,37	0,15	0,84	33
2		pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe		40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
Total Gustarea				200	200	6	0,1	6	92
				200	295	14,07	10,6	49,24	424,6
Cina									
Papanasi din brânză de vaci cu morcov/semințe/stafide:				200	229	216	22,64	17	43,87
		brânză 5%		100	100	16	9	1	201
		morcov		55	44	0,57	0,04	3,08	18,04
1		făină de grâu		12	11,94	1,35	0,08	8,72	40,95
		zahăr		30	30	3	0,3	21	107,4
		ouă de găină de categorie «Exstra»		10	10			9,9	34,8
		unt 72,5%		15	13,05	1,7	1,31	0,13	18,66
				4	4	0,02	3,28	0,04	29,92

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
	ulei							
	Lapte cu cacao		3	3		2,97		26,97
2	lapte 2.5%	200	162	160	5,4	3,6	18,9	128,4
	cacao		150	150	5,4	3,6	9	93,6
	zahăr		2					
3			10	10				
	Total Cina						9,9	34,8
	TOTAL PRIMA ZI - LUNI	391	376	28,04	20,6	62,77	606,14	
				91,72	72,6	305,13	2275,36	
ZIUA A DOUA-MARȚI								
Dejun								
	Terci de grâu/arnăuță cu lapte și semințe	200	201	201	10,08	13,6	35,37	303,31
	crupe de grâu							
1	lapte 2.5%		30	29,7	3,56	0,3	19,9	106,03
	zahăr		150	150	4,5	3	7,5	78
	semințe		7	7			6,93	24,36
	unt 72,5%		10	10	2	7	1	65
	Cacao cu lapte		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
2	lapte 2.5%	200	162	160	4,5	3	17,4	112,8
	Cacao		150	150	4,5	3	7,5	78
	zahăr		2					
	Tartina cu unt și brânză tare		10	10			9,9	34,8
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40/10/13	63	62,5	6,54	12,1	19,29	230,02
3	brânză tare 45%		40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
	unt 72,5%		13	12,48	3,24	3,37		48,42
			10	10	0,06	8,2	0,09	74,8
	Total Dejunul I		426	423	21,12	28,6	72,06	646,13
II Dejun								
1	Fruite proaspete (mere, banane, portocale, ect.)	150	150	132	0,52	0,23	15	62
Prânz								
1	Legume proaspete/broccoli/comopidă/ardei/roșii:	50	50	46,5	0,37		1,4	5,58
2	Borș cu sfeclă roșie și smântână 15%:	200	238	185	3,48	5,18	23,04	141,58
	cartofi		100	72	1,44	0,07	13,68	57,6
	sfeclă		50	40	0,68		4,32	17,2
	varză		45	36	0,29		1,94	11,16
	morcov		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
	ceapă		10	8,4	0,14		0,8	3,53

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatorilor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
	tomate în sos							
	ulei		5	5	0,05	0,02	0,15	0,9
	verdeată		3	3		2,97		26,97
	sare		3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
	smântână 15%		2					
3	Piaf cu piept de pui:		10	10	0,28	2	0,32	20
	piept de pui	75/130	196	178	20,56	17,9	29,6	308,74
	orez		110	100	17,6	7,25	4,95	98,17
	unt 72,5%		30	29,7	2,17	0,59	18,71	108,41
	ceapă		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	morcov		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	țelină		20	16	0,21	0,02	1,12	6,56
	roși în suc		10	7,5	0,35	0,36	3,8	2,8
	unt 72,5%		5	5	0,05	0,02	0,15	0,95
	ulei		3	3	0,02	2,46	0,03	22,44
4	Compot din fructe proaspete/ uscate		4	4		3,96		35,96
	fructe proaspete	200	65	58,4	0,19	0	15,37	57,55
	zahăr		55	48,4	0,19		5,47	22,75
5	Pâine de secară		10	10			9,9	34,8
		50	50	50	4,5	1,5	24	129
	Total Prânzul				29,1	24,6	93,41	642,45
1	Chiflă cu stafide/ magiun / seminte/dovleac:							
	Gustare							
	făină	65	101	97,7	6,77	7,54	45,37	275,48
	lapte 2.5%		45	45	4,5	0,4	3,5	150
	ouă de găină de categorie «Extra»		20	20	0,6	0,4	1	10,4
	zahăr		10	8,7	1,13	0,87	0,09	12,44
	unt 72,5%		5	5			4,95	17,4
	ulei		2	2	0,01	1,64	0,02	14,96
	stafide		2	2		1,98		17,98
	semințe de susan		15	15	0,26	0,11	9,45	37,5
	drojii		5	3	0,6	2,1	0,3	19,5
	lapte 2.5%		2	2	0,17	0,04	0,36	2,1
2	lapte 2.5%	200	200	200	6	4	17,92	131,84
			200	200	6	4	10	104
							7,92	27,84
	Total Gustarea				12,77	11,5	63,29	407,32

N	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
d/o								
Cina								
Ou fiert cu tocană din legume:			200	298	221	8,59	8,22	54,03
	ouă de găină de categorie «Extra»							163,86
	conopidă/varză		60	52,2	6,79	5,22	0,52	74,65
	ceapă		120	80	0,16	0,08	40	20
	morcov		10	8,4	0,14		0,8	3,53
1	cartofi		30	24	0,31	0,02	1,68	9,84
	țelină		50	36	0,72	0,04	6,9	28,8
	roșii în suc		10	7,5	0,35	0,36	3,8	2,8
	ulei		10	10	0,1	0,04	0,3	1,8
	unt		4					
	sare		3	3	0,02	2,46	0,03	22,44
	Ceai cu lămâie		1	13,2	0,03	0,01	10,17	35,67
2	ceai		200	16,2	0,2	0,03	0,01	0,27
	lămâie		0,2	3				9,9
	zahăr		6	10				34,8
3	Pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe		40	40				106,8
	Total Cina		40	40	3,24	0,48	19,2	306,33
	TOTAL ZIUA A DOUA-MARȚI				11,86	8,71	83,4	2064,23
					75,37	73,7	327,16	
ZIUA A TREIA – MIERCURI								
Dejun								
Terci de ovăz cu lapte/dovleac/stafide :			200	236	221	7,84	7,73	32,9
	crupe de ovăz							202,72
1	lapte 2.5%		25	24,98	2,97	1,45	16,33	61,44
	zahăr		150	150	4,5	3	7,5	78
	dovleac		7	7			6,93	24,36
	unt 72,5%		50	35	0,35		2,1	9
	Ceai cu lămâie		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
2	lămâie		200	200	0,03	0,01	10,17	35,67
	ceai		6	3	0,03	0,01	0,27	0,87
	zahăr		0,2	0,2				
	Tartina cu unt		10	10				
3	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe		40/10	50	50	3,3	8,68	19,29
	unt 72,5%		40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
	Total Dejunul I		40	10	0,06	8,2	0,09	74,8
					11,17	16,4	62,36	419,99

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
II Dejun								
1	Fructe proaspete (mere, banane, portocale, ect.)	150	150	132	0,52	0,23	15	62
Prânz								
Salată din legume proaspete:								
1	Varză	50	77	58	1,33	2,17	5,08	37,22
	morcov		50	36	0,92		1,94	11,16
	telina		15	12	0,16	0,01	0,84	4,92
	ceapă/praj		5	3,75	0,18	0,18	1,9	1,4
	ulei nerafinat		5	4,2	0,07		0,4	1,76
	Supă cu perișoare din carne de pui și smântână:		2	2		1,98		17,98
	smântână 15%	200	268	221	13,74	9,29	35,04	242,25
	cartofi		10	10	0,28	2	0,32	20
	morcov		120	84	1,73	0,08	16,42	69,12
	ceapă		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
2	verdeață		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	sare		3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
	ulei		2	2				
	tulpina telina		3	3				
	broccoli/mazare verde		10	10		2,97		26,97
	perișoare:		10	10	1	0,13	7,4	36
	carne de pui		30	25	0,4		1,4	8
	ceapă		40	40	8,32	3,52	2,4	47,6
	ouă de găină de categorie «Exstra»		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	grîș		5	4,35	0,57	0,44	0,04	6,22
3	Carne de pui cu cartofi înăbușiți		5	4,98	0,56	0,03	3,63	17,06
	carne de găină	200	339	254	22,55	12	33,57	247,21
	cartofi		125	93,75	19,5	8,25	5,63	111,56
	unt 72,5%		160	115	2,3	0,12	21,89	92,16
	ceapa/praj		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	morcov		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	radacina patrunjel		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
	țelină		10	7,5	0,17	0,01	0,49	2,18
	roșii în suc		10	7,5	0,35	0,36	3,8	2,8
	ulei		10	9,5	0,06		0,4	1,71
4	ardei dulce/tulpină țelină		6	6		5,94		53,94
	Compot din fructe uscate/proaspete:		10	7,5	0,08		0,45	2,25
	fructe uscate	180	180	24	0,25	0,1	19,35	72,3
	zahăr		15	14	0,25	0,1	9,45	37,5
			10	10			9,9	34,8

N	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
5	Pâine de secară	50	50	50	4,5	1,5	24	129
	Total Prânzului				42,37	25,1	117,04	727,98
Gustare								
Tartina cu magiun și semințe		40/15/10	65	65	5,61	7,63	21,04	204,8
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40	40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
	magiun		15	15	0,37	0,15	0,84	33
	semințe/ migdale/miez de nucă		10	10	2	7	1	65
1								
2	Chefir/iaurt natural	200	200	200	6	0,1	6	92
	Total Gustarea				11,61	7,73	27,04	296,8
Cina								
Budincea din brânză de vaci cu stafide / fructe / semințe:		200	187	185	17,79	20,8	33,67	451,26
	brânză 5%		100	100	16	9	1	201
	ouă de găină de categorie «Extra»		15	13,05	1,7	1,31	0,13	18,67
	lapte 2.5%		20	20	0,6	0,4	1	10,4
	zahăr		10	10				34,8
1	paste		20	20	2	0,26	14,8	72
	unt 72,5%		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	ulei		3	3	2,97			26,97
	stafide		10	10	0,17	0,07	6,3	25
	semințe de susan		5	5	1	3,5	0,5	32,5
	Cacao cu lapte							
2	Cacao	200	200	190	5,4	3,6	18,9	128,4
	lapte 2.5%		2	2				
	zahăr		180	180	5,4	3,6	9	93,6
3			10	10			9,9	34,8
	Total Cina							
	TOTAL ZIUA A TREIA – MIERCURI				23,19	24,4	52,57	579,66
					88,86	73,9	274,01	2086,43
	ZIUA A PATRA – JOI							

N	d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
Dejun									
Terci de orz cu lapte și semințe:			200	196	196	9,31	13,6	37,35	289,89
1		lapte 2.5%		150	150	4,5	3	7,5	78
		crupe de orz		25	24,5	2,79	0,33	21,88	92,61
		unt 72.5%		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
		semințe		10	10	2	7	1	65
		zahăr		7	7				
Lapte cu cacao			200	192	192	5,4	3,6	18,9	128,4
2		lapte 2.5%		180	180	5,4	3,6	9	93,6
		cacao		10	10				
Tartina cu unt și brânză cu cheag tare:			40/10/13	63	62,8	6,54	12,1	67,71	181,6
3		pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe		40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
		brânză tare 45%		13	12,8	3,24	3,37	48,42	
		unt 72,5%		10	10	0,06	8,2	0,09	74,8
Total Dejunul I				21,25	29,3	123,96	599,89		
II Dejun									
1 Fructe proaspete (mere, banane, portocale, ect.)			150	150	132	0,52	15	62	
Prânz			150	132	0,52	0	15	62	
1 Supă țărănească cu smântână:									
2		smântână 15%	200	188	146	4,01	6,21	19,94	148,21
		cartofi		10	10	0,28	2	0,32	20
		ceapa		120	84	1,08	0,05	10,26	43,2
		morcov		10	8,4	0,14	0,8	3,53	
		verdeață		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
		ouă de găină de categorie «Exstra»		3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
		orez/arpacas/mazăre verde		10	8,7	1,13	0,87	0,09	12,44
		roși proaspete/tomate		10	9,9	0,72	0,2	6,24	36,14
		ulei		10	9,5	0,06	0,4	1,71	
		sare		3	3		2,97		26,97
Pârjoală coaptă cu varză înăbușită:			75/120	338	275	18,58	18	12,65	300,81
carne de bovină/pui:				110	75	16,66	5,77	0	123,75
grîș				5	4,98	0,56	0,03	3,63	17,06

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
3	ceapă		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	ulei		5	5		4,95		44,95
	varză		160	140	0,8		5,48	32,2
	ceapă		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	morcov		20	16	0,2	0,02	1,5	8,2
	roși proaspete/tomate		10	9,5	0,06		0,4	1,71
	ulei		4	4		3,96		35,96
	unt 72,5%		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	Compot din fructe uscate	200	25	24	0,25	0,1	19,35	72,3
4	fructe uscate		15	14	0,25	0,1	9,45	37,5
	zahăr		10	10			9,9	34,8
5	Pâine de secară	50	50	50	4,5	1,5	24	129
Total Prânzul					27,34	25,8	75,94	650,32
Gustare								
Limonada/suc de fructe:								
1	lămâie	200	30	18	0,06	0,02	15,39	53,94
	zahăr		15	3	0,06	0,02	0,54	1,74
2	Biscuiți fără grăsimi hidrogenizate/ nuci/migdale	30	30	30			14,85	52,2
Total Gustarea					2,46	2,85	22,2	127,8
					2,52	2,87	37,59	181,74
Cina								
Pește copt cu terci din hrișcă și legume proaspete								
	pește	180/15	210	163	14,1	16	24,4	291,28
	ceapă		100	60	9,6	2,8		83,22
	morcov		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	ulei		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
1	crupe de hrișcă		5	5		4,95		44,95
	sare		20	19,6	2,87	4,9	14,6	85
	ardei gras/broccoli/conopidă		1	1				
	făină		50	46,5	0,37		1,4	5,58
	unt		10	10	1	0,10	7	35,8
			4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	Ceai	200	10,2	10,2	0	0	9,9	34,8
2	ceai		0,2	0,2				
	zahăr		10	10			9,9	34,8
3	Pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40	40	40	3,24	0,48	19,2	106,8

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatorilor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
Total Cina								
TOTAL ZIUA A PATRA – JOI					17,34	16,5	53,5	432,88
					68,45	74,5	290,99	1864,83
ZIUA A CINCEA – VINERI								
Dejun								
Paste cu lapte:								
Paste			200	187	187	7,03	7,43	32,98
1	lapte 2.5%			25	25	2,5	0,33	18,5
	unt 72,5%			150	150	4,5	3	7,5
	zahăr			5	5	0,03	4,1	0,05
				7	7			6,93
2	Cacao cu lapte		180	180	180	4,5	3,6	9
	zahăr			180	180	4,5	3	7,5
	Cacao cu lapte			10	10			9,9
3	Pâine cu unt :			2	2			
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe		40/10/12	50	50	3,3	8,68	19,29
	unt 72,5%			40	40	3,24	0,48	19,2
				10	10	0,06	8,2	0,09
Total Dejunul I					14,83	19,7	61,27	504,96
II Dejun								
1	Fructe proaspete (mere, banane, portocale, ect.)		150/10	150	132	0,52		15
	seminte (miez de nuca,migdale)			10	10	2	7	1
				160	142	2,52	7	16
Prânz								
1	Legume proaspete/murate:		50	50	47,5	0,29		2
	Ciorbă cu conopidă, și smântână:		200	208	159	3,78	5,57	40,92
	conopidă			100	72	1,44	0,07	13,68
	ceapă			50	40	0,8	0,04	20
	morcov			10	8,4	0,14		0,8
	ulei			10	8	0,1	0,01	0,56
	smântână 15%			3	3		2,97	
	radaina patrunjel/tulpina telina			10	10	0,28	2	0,32
	țelină			10	7,5	0,17	0,01	0,49
	verdeată			10	7,5	0,35	0,36	3,8
	sare			3	2,4	0,5	0,11	1,27
				2				
	Pește copt cu legume și mămăligă:		75/130	240	164	17,7	14,1	36,88
	pește			150	75	12,11	3,35	
								368,08
								104,03

N	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
d/o								
3	morcov		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
	ceapă		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	ulei		6	6		5,94		53,94
	tomate în sos		5	5	0,27		0,75	4,25
	ardei		10	7,5	0,08		0,45	2,25
4	porumb		30	34,83	3,48	1,39	23,33	113,18
	unt 72,5%		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	făină		15	15	1,5	0,15	10,95	53,7
	Suc de roșii/fructe:	150	150	150	0,3	0	0	0,69
	suc de roșii		150	150	0,3			0,69
5	Pâine de secară	50	50	50	4,5	1,5	24	129
	Total Prânzui				26,57	21,2	103,8	633,62
Gustare								
1	Lapte 2.5%	200	200	200	6	4	10	104
2	Covrigei fără grăsimi hidrogenizate	20	20	20	2,2	0,6	15,8	64
Total Gustarea					8,2	4,6	25,8	168
Cina								
1	ou fiert/ omletă cu piure din cartofi/legume proaspete	100/60/45	299	242	10,23	9,12	25,1	215,31
	cartofi		160	115	2,3	0,12	21,89	92,16
	unt 72,5%		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	lapte 2.5%		25	25	0,75	0,5	1,25	13
	ouă de găină de categorie «Exstra»		60	52,2	6,79	5,22	0,52	74,65
2	brocoli/conopida/ varza/ sfecla,		50	45,5	0,37		1,4	5,58
3	Ceai cu lămâie:	200	19,2	17,6	0,02	0,01	15,07	52,9
	lămâie		4	2,4	0,02	0,01	0,22	0,7
	zahăr		15	15			14,85	52,2
	ceai		0,2	0,2				
	Pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40	40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
Total Cina					13,49	9,61	59,37	375,01
TOTAL ZIUA A CINCEA – VINERI					63,61	55,1	265,24	1743,59

N	d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
ZIUA A ȘASEA - LUNI									
Dejun									
Terci din ovăs cu dovleac/stafide/măr/semințe:			200	210	165	6,95	7,84	26,75	172,23
1	crupe de ovăs								
	lapte 2.5%			25	24,6	3,57	1,74	19,6	73,73
	unt 72.5%			130	100	3	2	5	52
	dovleac/stafide/măr 50/50/10			5	5	0,03	4,1	0,05	37,4
2	Cei cu lămâie								
	lămâie		200	15,2	13,2	0,03	0,01	2,1	9,1
	ceai			5	3	0,03	0,01	0,27	35,67
	zahăr			0,2	0,2				0,87
3	Tartină cu unt:								
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe		40/10	50	50	3,3	8,68	19,29	34,8
	unt 72.5%			40	40	3,24	0,48	19,2	181,6
				10	10	0,06	8,2	0,09	106,8
Total Dejunul I						10,28	16,5	56,21	74,8
									389,5
II Dejun									
1	Fructe proaspete (mere, banane, portocale, ect.)		150	150	132	0,52		15	62
Prânz									
1	Legume proaspete:								
	Ciorbă cu paste și smântână		50	50	46,5	0,37		1,4	5
	cartofi		200	153	121	3,73	5,29	24,78	152,57
	paste făinoase			100	72	1,44	0,07	13,68	57,6
2	morcov			10	10	1	0,13	7,4	36
	ceapă			10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
	tomate în sos			10	8,4	0,14		0,8	3,53
	ulei			5	5	0,27		0,75	4,25
2	smântână 15%			3	3		2,97		26,97
	verdeață			10	10	0,28	2	0,32	20
				3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
	sare			2	2				
3	tocană din legume cu carne de pui		140/70	357	243,4	20,47	14,65	28,66	254,55
	carne de pui			110	50	17,6	7,26	4,95	98,17
	cartofi			100	72	1,44	0,07	13,68	57,6
	ceapă			10	8,4	0,14		0,8	3,53
3	morcov			20	16	0,21	0,02	1,12	6,56
	tomate			20	19	0,11		0,8	3,42
	radaina patrunjel/tulpina telina			10	7,5	0,17	0,01	0,49	2,18

N	d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
		telina		10	7,5	0,35	0,36	3,8	2,8
		varză/păstăi		70	56	0,45		3,02	17,36
		ulei		7	7		6,93		62,93
4		Suc de fructe <i>cu adăv. de zahăr 5g/100 ml</i>	150	150	150	0,3		16,5	69
5		Pâine de seară	50	50	50	4,5	1,5	24	129
Total Prânzul					29,37	21,4	95,34	610,12	
Gustarea									
1		Tartina cu magiun și semințe	30	30	30	2,46	2,85	22,2	127,8
		Nuci, migdale		10	10	2	7	1	65
		Magiun		15	15	0,37	0,15	0,84	33
2		pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40	40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
Total Gustarea			200	200	200	6	0,1	6	92
						14,07	10,6	49,24	424,6
Cina									
Colțunași lenoși din brânză cu unt:			200	205	202	23,75	15,7	51,22	492,07
		brânză de vacă 5%		100	100	16	9	1	201
		făină de grâu		30	30	3	0,3	21,9	107,4
1		grîș		10	9,8	1,69	0,1	10,9	51,19
		ouă		20	17,4	2,26	1,74	0,17	24,88
		zahăr		10	10			9,9	34,8
		unt 72,5%		5	5	0,03	4,1	0,05	37,4
		stăfide		10	10	0,17	0,07	6,3	25
		lapte 2.5%		20	20	0,6	0,4	1	10,4
2		Lapte cu cacao	200	190	190	5,4	3,6	18,9	128,4
		zahăr		10	10			9,9	34,8
3		lapte 2.5%		180	180	5,4	3,6	9	93,6
Total Cina						29,15	19,3	70,12	620,47
TOTAL ZIUA A ȘASEA - LUNI						83,39	67,9	285,91	2106,69
ZIUA A ȘAPTEA - MARȚI									
Dejun									
Terci din arnaut cu lapte și semințe:			200	199	199	9,79	14,5	35,17	302,59
		crupe de arnaut		30	29,7	3,27	1,25	21,68	112,27
1		lapte 2.5%		150	150	4,5	3	7,5	78
		unt 72,5%		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
	semințe							
	zahăr		10	10	2	7	1	65
2	Ceai cu lămâie		5	5				4,95
	ceai	200	16,2	13,2	0,03	0,01	10,17	17,4
	zahăr		0,2	0,2				35,67
	lămâie		10	10				
3	Tartină cu unt		6	3	0,03	0,01	0,27	34,8
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40/10	50	50	3,3	8,68	19,29	0,87
	unt 72,5%		40	40	3,24	0,48	19,2	181,6
			10	10	0,06	8,2	0,09	106,8
Total Dejunul I					13,12	23,2	64,63	519,86
II Dejun								
1	Fructe proaspete (mere, banane, portocale, ect.)	150	150	132	0,52		15	62
Prânz								
1	Legume proaspete	50	50	203	46,5	0,37		1,4
	Borș cu sfeclă roșie/ciorbă din legume și smântână	200		161	3,46	5,5	23,46	5
	smântână 15%		10	10	0,28	2	0,32	126,51
	cartofi		100	72	1,44	0,07	13,68	20
	morcov		10	8	0,1	0,01	0,56	57,6
	ceapă		10	8,4	0,14		0,8	3,28
	sfeclă/brocoli/conopidă		70	56	0,95		6,05	24,08
	telina		10	7,5	0,35	0,36	3,8	2,8
	verdeață		3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
	sare		2	2				
	ulei		3	3				
	tomate		10	9,5	0,06			26,97
							0,4	1,71
3	Carne înăbușită cu piure linte/mazăre/fasole/păstăi:	200	182	128	27,23	17,4	28,1	291,02
	piept de găină /vită		110	75	17,6	7,26	4,95	98,17
	linte/mazăre/fasole		40	24,75	9,1	3,9	21	124,9
	morcov		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
	ceapă		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	tomate în sos		5	5	0,27		0,75	4,25
	ulei		3	3				26,97
	unt		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92

N	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
d/o								
	Compot din fructe uscate	200	25	24	0,25	0,1	19,35	72,3
4	fructe uscate		15	14	0,25	0,1	9,45	37,5
	zahăr		10	10			9,9	34,8
5	Pâine de secară	50	50	50	4,5	1,5	24	129
	Total Prânzul				35,81	24,5	96,31	623,83
Gustarea								
	Șarlotă cu mere/chiflă cu stafide/seminte:	100	148	142	7,83	11,2	42,84	299,3
	mere		30	26,4	0,11		2,98	12,41
	făină de grâu		45	45	3,5	0,45	22	109
	lapte 2.5%		20	20	0,6	0,01	0,6	9,2
1	ouă de găină de categorie «Exstra»		20	17,4	2,26	1,74	0,17	24,88
	zahăr		10	10			9,9	34,8
	unt 72,5%		3	3	0,02	2,46	0,03	22,44
	ulei		3	3				26,97
	seminte		5	5	1	3,5	0,5	32,5
	drojdie		2	2	0,17	0,04	0,36	2,1
	stafide		10	10	0,17	0,07	6,3	25
2	Lapte 2.5%/iaurt natural	200	200	200	6	4	10	104
	Total Gustarea				13,83	15,2	52,84	403,3
Cina								
	Cartofi înăbușiți cu legume, ou fiert :	180/60	286	226	9,67	10,8	26,37	233,92
	cartofi		170	122,4	2,45	0,12	23,26	97,92
	morcov		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
1	ceapă		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	ouă de găină de categorie «Exstra»		60	52,2	6,79	5,22	0,52	74,65
	unt 72,5%		3	3	0,02	2,46	0,03	22,44
	ulei		3	3		2,97		26,97
	tomate		30	28,5	0,17		1,2	5,13
2	Ceai	200	10,2	10,2	0	0	9,9	34,8
	ceai		0,2	0,2				
	zahăr		10	10				
3	Pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40	40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
	Total Cina				12,91	11,3	55,47	375,52
	TOTAL ZIUA A ȘAPTEA - MARTI				76,19	74,2	284,25	1984,51

N	d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal	
ZIUA A OPTA - MIERCURI										
Dejun										
Paste cu lapte:				200	184	184	7,02	6,61	30,99	215,32
1	paste făinoase				25	25	2,5	0,33	18,5	90
	unt 72,5%				4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	lapte 2.5%				150	150	4,5	3	7,5	78
2	Cei cu lămâie:			200	17,2	15,2	0,03	0,01	12,15	42,53
	zahăr				5	5			4,95	17,4
	ceai				12	12			11,88	41,66
3	Tartină cu unt :			40/10/12	50	50	3,3	8,68	19,29	181,6
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe				40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
	unt 72,5%				10	10	0,06	8,2	0,09	74,8
Total Dejunul I							10,35	15,3	62,43	439,45
II Dejun										
1	Fructe proaspete (mere, banane, portocale, ect.)			150	150	132	0,52	0,23	15	62
Prânz										
1	Legume proaspete broccoli/ conopida/ ardei / rosii.			50	50	46,5	0,37		1,4	5,58
2	ardei									
	Supă cu perișoare și smântână			200	233	187	12,23	9,59	20,63	181,36
	smântână 15%				10	10	0,28	2	0,32	20
	cartofi				120	82	2	0,07	10,36	44,3
	morcov				10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
	ceapă				10	8,4	0,14		0,8	3,53
	verdeață				3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
	sare				1	1				
	ulei				3	3		2,97		
	tomate				10	9,5	0,06		0,4	26,97
	Perișoare din carne				50					1,71
	carne de pui				40	40	8,32	3,53	2,4	47,6
	ceapă				10	8,4	0,14		0,8	3,53
	ouă de găină de categorie «Extra»				10	8,7	0,13	0,87	0,09	12,44
	grîș				5	4,98	0,56	0,03	3,63	17,06

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
	Sare		1	1				
	Carne de găină cu sarmale lenoase	70/130	318	248	23,35	17,9	30,65	325,95
	carne de găină		125	93,75	19,5	8,25	5,63	111,56
	ceapă/praaj		10	8,4	0,14	0,01	0,56	3,53
	morcov		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
	ulei		5	5		4,95		44,95
	tomate		5	5			0,75	4,25
	varză/conopidă		130	96	1		6	29,7
	orez		25	24,75	1,81	0,5	15,59	90,34
	verdeață		3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
	unt 72,5%		5	5	0,03	4,1	0,05	37,4
	Compot din fructe proaspete/uscate	200	68	61	0,19	0	18,34	67,94
	fructe proaspete/uscate		55	48	0,19	0	5,47	22,7
	zahăr		13	13			12,87	45,24
5	Păine de secară	50	50	50	4,5	1,5	24	129
	Total Prânzul				40,64	29	95,02	709,83
Gustarea								
1	Tartina cu magiun și semințe	30	30	30	2,46	2,85	22,2	127,8
	Nuci, migdale		10	10	2	7	1	65
	Magiun		15	15	0,37	0,15	0,84	33
	păine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe		40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
2	Chefir 2,5%	200	200	200	6	0,1	6	92
	Total Gustarea				14,07	10,6	49,24	424,6
Cina								
	Budincă din brânză cu fructe, stafide/semințe/ fructe uscate	180/15	217	212	20,1	16,8	40,67	437,13
	brânză de vacă 5%		100	100	16	9	1	201
	grîș		15	14,93	1,69	0,1	10,9	51,19
	lapte 2.5%		20	20	0,6	0,4	1	10,4
	ouă de găină de categorie «Exstra»		10	8,7	1,13	0,87	0,09	12,44
	unt 72,5%		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	zahăr		10	10			9,9	34,8
	ulei		3	3		2,97		26,97
	doveac		30	26,4	0,11		2,98	12,41
	stafide/susan		10	10	0,17	0,07	6,3	25

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatorilor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
2	Cacao cu lapte							
	lapte 2.5%	200	192	192	5,4	3,6	18,9	128,4
	cacao		150	150	4,5	3	7,5	78
	zahar		2	2				
			10	10				
	Total Cina						9,9	34,8
	TOTAL ZIUA A OPTA - MIERCURI		25,5	20,4	69,47	600,33		
			91,08	75,6	291,16	2236,21		
ZIUA A NOUA – JOI								
Dejun								
Terci de orez cu lapte și fructe uscate/seminte:			200	227	227	6,74	7,69	34,28
1	lapte 2.5%			180	180	4,5	3	7,5
	zahăr			7	7			6,93
	unt 72,5%			5	5	0,03	4,1	0,05
	fructe uscate/seminte			10	10	0,04	1,09	18,71
2	orez			25	24,7	2,17	0,59	18,71
	Cacao cu lapte		200	200	4,5	3	17,4	112,8
	cacao			2	2			7,5
	lapte 2.5%			180	180	4,5	3	7,5
3	zahăr			10	10			9,9
	Tartină cu unt și brinză tare:		40/10/12	74	73	9,3	14,9	19,29
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe			40	40	3,24	0,48	19,2
	unt 72,5%			10	10	0,06	8,2	0,09
	brinză tare 45%			12	11,52	3	3,11	44,7
				12	11,52	3	3,11	44,7
				12	11,52	3	3,11	44,7
				12	11,52	3	3,11	44,7
II Dejun								
1	Fructe cproaspete (mere, banane, portocale, ect.)/seminte(nu	150/10	150	132	0,52		15	62
			150	132	0,52	0	15	62
Prânz								
1	Legume proaspete/murate	50	50	46,5	0,37		1,4	5,58
	Supă din legume și smântână:	200	218	167	3,61	5,21	39,77	135,55
	smântână 15%		10	10	0,28	2	0,32	20
	cartofi		120	84	1,73	0,08	16,42	69,12
	varză/conopidă		50	40	0,8	0,04	20	10
	morcov		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatorilor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
2	ceapă							
	verdeață		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	sare		3	2,4	0,5	0,11	1,27	0,94
	ulei		2	2				
	tomate		3	3		2,97		
3	Chiftele din carne de bovină cu mămăligă		10	9,5	0,06		0,4	26,97
	carne de vită	75/120	189	149	22,15	16,1	28,75	1,71
	grîs		110	75	16,66	5,77	0	349
	ulei		10	9,95	1,12	0,07	7,26	123,75
	morcov		5	5		4,95		34,13
4	ceapă		10	8	0,1	0,01	0,56	44,95
	ouă de găină de categorie «Exstra»		10	8,4	0,14	0,87	0,09	3,28
	porumb		10	8,7	1,13	1,19	20	12,44
	unt 72,5%		30	29,85	2,98	0,03		97
	limonada/suc cu arome de fructe 5% / 100 ml	200	28	27	0,25	0,1	22,32	29,92
5	zahăr		15	14	0,09	0,03	0,81	82,74
			13	13				2,61
							12,87	45,24
	Pâine de secară		50	50				
	Total Prânzul		50	50	4,5	1,5	24	129
Gustare								
1	Lapte							
	lapte 2.5%	200	200	200	6	4	10	104
			200	200	6	4	10	104
2	Covrigi fără grăsimi hidrogenizate							
		20	20	20	2,2	0,6	15,8	64
	Total Gustarea		20	20	2,2	0,6	15,8	64
					8,2	4,6	25,8	168
Cina								
1	Pește copt cu legume înăbușite							
	pește	200	333	245	14,37	9,78	29,48	263,12
	unt 72,5%		100	60	9,6	2,8		83,22
	ulei		4	4	0,02	3,28	0,04	29,92
	conopidă/varză		3	3		2,97		26,97
1	ceapă		70	56	1,12	0,05	2,8	14
	morcov		10	8,4	0,14		0,8	3,53
	țelină		10	8	0,1	0,01	0,56	3,28
			10	7,5	0,35	0,36	3,8	2,8

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatorilor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
	roșii în suc		10	10	0,1	0,04	0,3	1,8
	faina		15	15	1,5	0,2	7,5	40
	cartofi		100	72	1,44	0,07	13,68	57,6
	sare		1	1				
	Ceai :							
2	zahăr	200	17,2	15,2	0,03	0,01	12,15	42,53
	ceai		12	12			11,88	41,66
			0,2	0,2				
3	Pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40	40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
	Total Cina				17,64	10,3	60,83	412,45
	TOTAL ZIUA A NOUA - JOI				60,24	40,9	217,87	1389,02

ZIUA A ZECEA - VINERI

Dejun

Terci din hrișcă cu lapte și semințe:		200	202	202	9,98	14,7	33	306,63
	lapte 2.5%		150	150	4,5	3	7,5	78
	crupe de hrișcă		30	29,7	3,45	0,59	17,52	101,87
1	zahar		7	7			6,93	24,36
	semințe		10	10	2	7	1	65
	unt 72,5%		5	5	0,03	4,1	0,05	37,4
	Cacao cu lapte	200	192	192	5,4	3,6	18,9	128,4
	lapte 2.5%		180	180	5,4	3,6	9	93,6
	zahăr		10	10			9,9	34,8
	cacao		2	2				
	Tartină cu unt:	40/10	50	50	3,3	8,68	19,29	181,6
	pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe		40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
	unt 72,5%		10	10	0,06	8,2	0,09	74,8
3	Total Dejunul I				18,68	27	71,19	616,63

II Dejun

1	Fructe proaspete (mere, banane, portocale, ect.)	150/10	150	132	0,52		15	62
2			10	10	2	7	1	65
			160	142	2,52	7	16	127

Prânz

1	Salată din legume proaspete	50	50	46,5	0,37		1,4	5,58
	sfeclă roșie		70	56	10,6		0,4	17,2
	mazăre verde		20	15	1	0,04	0,2	8

[illegible]

N d/o	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Brutto, g	Netto, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorica, kcal
1	Paste cu brânză tare și legume proaspete	150/50	120	117	8,58	8,58	35,54	264,68
	brânză tare 45%		15	14,4	3,74	3,89		55,87
	paste		45	45	4,5	0,59	33,3	162
	unt 72,5%		5	5	0,03	4,1	0,05	37,4
	roșii proaspete/broccoli/conopidă.		55	52,25	0,31		2,19	9,41
2	Ceai cu lămâie	200	16,2	13,2	0,03	0,01	10,17	35,67
	zahăr		10	10			9,9	34,8
	lămâie		6	3	0,03	0,01	0,27	0,87
	ceai		0,2	0,2				
3	Pâine din făină de grâu integrală fortificată cu acid folic și Fe	40	40	40	3,24	0,48	19,2	106,8
Total Cina					11,85	9,07	64,91	407,15
TOTAL ZIUA A ZECEA – VINERI					65,07	63,1	269,26	1964,47

Instituția:

DETS sect. Buiucani

Analiza aspectului calitativ al alimentației luna Noiembrie

Nr.	Denumirea produselor alimentare	Masa medie zilnică pentru un copil, g		Proteine	Lipide	Glucide	Valoarea calorică
		Bruto	Neto				
1	Pâine de grâu, pâine de grâu integrală	80000,00	80000,00	6480,00	960,00	38400,00	213600,00
2	Pâine de secară	50000,00	50000,00	4500,00	1500,00	24000,00	129000,00
3	Făină de grâu, făină de grâu integrală	21000,00	21000,00	2100,00	210,00	15330,00	75180,00
4	Crupe și alte derivate a cerealelor integrale	45000,00	44689,40	4624,17	1115,03	29830,19	149407,69
	Hrișcă	5000,00	4950,00	574,20	99,00	2920,50	16978,50
	Orez	9000,00	8910,00	650,43	178,20	5613,30	32521,50
	Porumb	6000,00	5970,00	597,00	238,80	3999,90	19402,50
	Grâu	6000,00	5940,00	712,80	59,40	3979,80	21205,80
	Griș	6400,00	6368,00	719,58	44,58	4648,64	21842,24
	Ovăz	5600,00	5594,40	665,73	324,48	3658,74	13762,22
	Orz	3000,00	2997,00	278,72	32,97	2187,81	9260,73
	Mei	3000,00	2970,00	326,70	124,74	2168,10	11226,60
	Arpacas	1000,00	990,00	99,00	12,87	653,40	3207,60
5	Paste făinoase	12000,00	12000,00	1200,00	156,00	8880,00	43200,00
6	Cartofi	220000,00	158400,00	3168,00	158,40	30096,00	126720,00
7	Legume	250500,00	203400,00	2518,85	111,55	24445,75	60497,00
	Dovleac (bostan)	10500,00	7350,00	73,50		441,00	1911,00
	Dovlecei	17000,00	12750,00	76,50	38,25	726,75	1530,00
	Varză	43000,00	34400,00	275,20		1857,60	10664,00
	Varză de pekin						
	Varză roșie						
	Ceapă	27500,00	23100,00	392,70		2194,50	9702,00
	Morcov	32500,00	26000,00	338,00	26,00	1820,00	10660,00
	Castraveți	5000,00	4650,00	37,20		139,50	558,00
	Sfeclă	19000,00	15200,00	258,40		1641,60	6536,00
	Tomate	29000,00	27550,00	165,30		1157,10	4959,00
	Brocoli	10000,00	8000,00	160,00		480,00	2720,00
	Conopidă	32500,00	26000,00	520,00	26,00	13000,00	6500,00
	Ardei dulci	13000,00	9750,00	97,50		585,00	2925,00
	Vinătă						
	Porumb conservat						
	Varză murată						
	Castraveți murați						
	Tomate în suc propriu						
	Rădăcină de pătrunjel						
	Rădăcină de țelină	5500,00	3850,00	26,95	7,70	115,50	616,00
	Tulpină de țelină	3000,00	2400,00	16,80	4,80	81,60	336,00
	Mărar verde	1000,00	800,00	10,40	2,40	61,60	224,00
	Pătrunjel verde	2000,00	1600,00	70,40	6,40	144,00	656,00
	Praz						
	Usturoi						
	Pepene verde						
8	Leguminoase (mazăre uscată șlefuită, fasole uscată, etc.)	5500,00	5440,50	698,60	30,72	1584,57	9266,13
	Mazăre uscată	1500,00	1492,50	343,28	14,93	791,03	4686,45
	Fasole uscate						
	Lințe	4000,00	3948,00	355,32	15,79	793,55	4579,68
9	Fructe proaspete	172400,00	137040,00	979,80	107,82	18224,40	77289,60
	Mere	45000,00	39600,00	158,40		4474,80	18612,00
	Prune	45000,00	40500,00	283,50		5265,00	23895,00
	Pere						

Instituția:

DETS sect. Buiucani

Analiza aspectului calitativ al alimentației luna Noiembrie

Nr.	Denumirea produselor alimentare	Masa medie zilnică pentru un copil, g		Proteine	Lipide	Glucide	Valoarea calorică
		Bruto	Neto				
	Gutuie						
	Persici						
	Caise						
	Struguri						
	Cireșe						
	Vișine						
	Lămfie	7400,00	4440,00	44,40	13,32	399,60	1287,60
	Portocale	45000,00	31500,00	283,50	31,50	3465,00	14805,00
	Clemantine						
	Banane	30000,00	21000,00	210,00	63,00	4620,00	18690,00

Analiza aspectului calitativ al alimentației luna Noiembrie

Nr.	Denumirea produselor alimentare	Masa medie zilnică pentru un copil, g		Proteine	Lipide	Glucide	Valoarea calorică
		Bruto	Neto				
10	Fructe uscate+stafide	10000,00	10000,00	170,00	70,00	6300,00	25000,00
11	Produse de cofetărie	8000,00	8000,00	740,00	565,00	6070,00	30900,00
	Biscuiți	5000,00	5000,00	410,00	475,00	3700,00	21300,00
	Covrigei	3000,00	3000,00	330,00	90,00	2370,00	9600,00
	Chifle (achiziționate)						
12	Zahăr, zahăr brut nerafinat	41800,00	41800,00			41382,00	145464,00
13	Unt fără grăsimi vegetale	23000,00	23000,00	138,00	18860,00	207,00	172040,00
14	Ulei	12000,00	12000,00		11880,00		107880,00
15	Ouă	30000,00	26100,00	3393,00	2610,00	261,00	37323,00
16	Lapte și produse lactate acide lichide	500000,00	500000,00	15000,00	7894,00	22840,00	253520,00
	Lapte	392000,00	392000,00	11760,00	7840,00	19600,00	203840,00
	Chefir	108000,00	108000,00	3240,00	54,00	3240,00	49680,00
	Iaurt						
17	Brânză semigrasă (până la 5%)	40000,00	40000,00	6400,00	3600,00	400,00	80400,00
18	Brânză tare (cașcaval)	5100,00	4896,00	1272,96	1321,92		18996,48
19	Carne	100000,00	86000,00	17789,00	7271,00	4170,00	107455,00
	Carne de pui	34000,00	25500,00	5304,00	2244,00	1530,00	30345,00
	Fileu de pui	44000,00	44000,00	9152,00	3872,00	2640,00	52360,00
	Fileu de curcan						
	Pulpă de curcan						
	Carne de iepure						
	Carne de bovină	22000,00	16500,00	3333,00	1155,00		24750,00
20	Pește	50000,00	28500,00	4845,00	1339,50		41610,00
21	Smântână (grăsimea până la 15%)	10000,00	10000,00	280,00	2000,00	320,00	20000,00
22	Ceai, fitoceai	220,00	220,00				
23	Sare iodată	2000,00	2000,00				
24	Drojdie	500,00	500,00	42,00	9,50	90,50	525,00
25	Nuci și semințe (nuci, migdale, in, floarea soarelui, susan)	11500,00	11500,00	2300,00	8050,00	1150,00	74750,00
26	Mazăre conservată	2000,00	2000,00	100,00	4,00	260,00	800,00
27	Fasole conservate						
28	Păstări congelate						
29	Gem						
30	Magiun	6000,00	6000,00	150,00	60,00	3384,00	13200,00
31	Pastă de tomate						
32	Suc	60000,00	60000,00	120,00		6600,00	27600,00
33	Cacao pudră	1800,00	1800,00	360,00	252,00	972,00	4122,00
34	Halva						
TOTAL		1770320,00	1586285,90	79369,37	70136,44	285197,41	2045745,90

Iarnă-Primăvară 2019-2020

Nr. Denumirea produselor alimentare											Total (kg)		Media per un copil în zi (g)		Norma la copil (g)		Deviere de la normă, %		Cota parte (%)	
Numărul de copii											10									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											
1	80	80	80	80	80	80	80	80	80	800,0	80000,00	80	79926,06	100000,00						
2	50	50	50	50	50	50	50	50	50	500,0	50000,00	50	49950,00	100000,00						
3	40	45	15	15	30	45	15	15	15	210,0	21000,00	25	20975,00	84000,00						
4	42	60	33	65	30	40	30	45	65	450,0	45000,00	45	44955,00	100000,00						
5	30			20						50,0	5000,00									
6	30				30			25	30	90,0	9000,00									
7	12	30								60,0	6000,00									
8		5	5			12		20	10	64,0	6400,00									
9			28							56,0	5600,00									
10										30,0	3000,00									
11										30,0	3000,00									
12										10,0	1000,00	12	11988,00	100000,00						
13	200	150	220	120	260	220	270	25	220	120,0	12000,00	220	21978,00	100000,00						
14	243	353	188	333	273	248	238	278	173	2505,0	250500,00	250	250250,00	100200,00						
15	45		35			35				105,0	10500,00									
16		100				70				170,0	17000,00									
17			50	150	50			130		430,0	43000,00									
18																				
19																				
20																				
21																				
22																				
23																				
24																				
25																				
26																				
27																				
28																				
29																				
30																				
31																				
32																				
33																				
34																				
35																				
36																				
37																				
38																				
39																				
40																				
41																				
42																				
43																				
44																				
45																				
46																				
47																				
48																				
49																				
50																				
51																				
52																				
53																				
54																				
55																				
56																				
57																				
58																				
59																				
60																				
61																				
62																				
63																				
64																				
65																				
66																				
67																				
68																				
69																				
70																				
71																				
72																				
73																				
74																				
75																				
76																				
77																				
78																				
79																				
80																				
81																				
82																				
83																				
84																				
85																				
86																				
87																				
88																				
89																				
90																				
91																				
92																				
93																				
94																				
95																				
96																				
97																				
98																				
99																				
100																				

1207c

Iarnă-Primăvară 2019-2020

Nr. Denumirea produselor alimentare											Anexa nr. 1 - Prețurile de achiziție a produselor alimentare				Anexa nr. 2 - Prețurile de achiziție a produselor alimentare			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total (kg)	Mediu per un copil (g)	Norma la (g)	Deviere de la norma -g	Costa parte (%)			
Vin																		
Uscat																		
Portocaliu																		
Clementine																		
Banane																		
	150	6	6	15	4	5	6	5	15	6	74,0	7400,00						
		150				150	150				450,0	45000,00						
							150				300,0	30000,00						

