

Luni-II săptămână	volumul	masa	Proteine gr	Lipide gr	Glucide gr	Valoare energetică Kcal
	bucatelor, gr/ml	brutto, gr/ml				
Dejun cl.I-IV						
Brânza ch .tare gr.45%	1/20	21	7,25	4,08	0,45	91,05
Ou fiert	1/40		5,2	4	0,4	57,23
Terci hriscă puhav	1/100		4,66	3,67	23,63	163,37
crupe de hrișcă		40,4	4,64	0,8	23,6	137,19
Unt (82,5% gr)		3,5	0,02	2,87	0,03	26,18
sare		0,05				
Ceai cu lămâie	200/5		0,05	0,01	15,3	53,65
ceai		1	0,00	0,00	0,00	0,00
zahar		15	0,00	0,00	14,85	52,20
lămâie		5,5	0,05	0,01	0,45	1,45
Pâine integrală fort.a.folic,Fe	1/50		4,5	1,5	24	129
			21,66	13,26	63,78	494,30
Dejun cl.V-IX						
Brânza ch .tare gr.45%	1/20	21	7,25	4,08	0,45	91,05
Ou fiert	1/40		5,2	4	0,4	57,23
Terci hriscă puhav	1/150		6,98	5,46	35,45	244,68
crupe de hrișcă		60,6	6,95	1,2	35,4	205,78
Unt (82,5% gr)		5,25	0,03	4,26	0,05	38,9
sare		0,05				
Ceai cu lămâie	200/5		0,05	0,01	15,3	53,65
ceai		1	0,00	0,00	0,00	0,00
zahar		15	0,00	0,00	14,85	52,20
lămâie		5,5	0,05	0,01	0,45	1,45
Pâine integrală fort.a.folic,Fe	1/50		4,5	1,5	24	129

Conopida fiarta /unt	1/100		3,34	3,04	83,03	67,64
conopida		207,3	3,32	0,17	83	41,46
unt		3,5	0,02	2,87	0,03	26,18
Supa cartofi cu taiței/verd.	400/3		5,104	3,798	38,204	193,196
cartofi		160	2,30	0,11	21,89	92,16
ceapă		19,2	0,27	0,00	1,54	6,77
morcov		20	0,21	0,16	1,12	6,56
taiței		16	1,60	0,21	11,84	57,60
ulei		3,2	0,00	3,17	0,00	28,77
sare		2	0,00	0,00	0,00	0,00
verdeața		4,3	0,72	0,15	1,82	1,34
Chifteluțe carne de piept de pui/sos	100/75		20,32	8,86	14,8	163,78
carne piept pui		90,5	18,82	7,96	5,43	107,7
pâine		13	1,05	0,16	6,24	34,71
ceapă		7,2	0,1	0	0,57	2,54
faină		3,5	0,35	0,04	2,56	12,53
ulei		0,7	0	0,7	0	6,3
sare		0,2	0	0	0	0
Pireu de cartofi	1/250		16,05	8,12	41,06	249,88
cartofi		285	4,1	0,21	38,99	164,16
lapte		39,7	11,9	0,79	1,99	20,64
unt		8,7	0,05	7,12	0,08	65,08
Fructe proaspete	1/100		1	0,9	22,02	91,09
Compot de fructe	1/200		0,16	0	28,27	102,3
mere		45,4	0,16	0,00	4,51	18,78
zahar		24	0,00	0,00	23,76	83,52
Pâine fort.Fe,acid folic /pâine secară	50/50		8,55	2,1	48	262,5
			54,57	33,94	275,46	1195,47
Total dejun+prînz	cl. I-IV		62,06	36,97	92,05	1500,47
Total dejun+prînz	cl. V-IX		78,55	48,99	351,06	1771,08

Marți-II săptămîna	volumul	masa	Proteineg r	Lipide gr	Glucide gr	Valoare energetică Kcal
	bucatelor, gr/ml	brutto, gr/ml				
Dejun cl.I-IV						
Legume proaspete	1/30	34	0,22	0	1,2	7,2
Șnițel pui	1/30		8,88	8,4	5,29	106,98
piept pui		39,02	8,12	3,43	2,34	46,43
faină		4	0,4	0,04	2,92	14,32
ou		3	0,36	0,28	0,03	3,98
ulei		4,7	0	4,65	0	42,25
Paste fierte	1/150		5,13	4,92	37,79	222,5
paste fainoase		51	5,1	0,66	37,74	183,6
unt		5,2	0,03	4,26	0,05	38,9
sare		0,02	0	0	0	0
Ceai cu lămâie	200/5		0,05	0,01	15,3	53,65
ceai		1	0,00	0,00	0,00	0,00
zahar		15	0,00	0,00	14,85	52,20
lămâie		5,5	0,05	0,01	0,45	1,45
Pâine faina griu integrala fortificata .Fe/ acid folic	1/30		2,43	0,36	14,40	80,10
			16,71	13,69	73,98	470,43
Dejun cl.V- IX						
Unt	1/15		0,12	16,4	0,18	112,2
Legume proaspete	1/30	34	0,22	0	1,2	7,2
Șnițel pui	1/30		8,88	8,4	5,29	106,98
piept pui		39,02	8,12	3,43	2,34	46,43
faină		4	0,4	0,04	2,92	14,32
ou		3	0,36	0,28	0,03	3,98
ulei		4,7	0	4,65	0	42,25
Paste fierte	1/150		5,13	4,92	37,79	222,5
paste fainoase		51	5,1	0,66	37,74	183,6
unt		5,2	0,03	4,26	0,05	38,9
sare		0,02	0	0	0	0

Ceai cu lămâie	200/5		0,05	0,01	15,3	53,65
ceai		1	0,00	0,00	0,00	0,00
zahar		15	0,00	0,00	14,85	52,20
lămâie		5,5	0,05	0,01	0,45	1,45
Pâine faina griu integrala fortificata .Fe/ acid folic	1/30		2,43	0,36	14,40	80,10
			16,61	30,09	72,96	575,43
Prînz cl I-IV						
Salata varza pichineza,morcov	1/100		0,71	4,96	9,6	89,12
varza pr.		91,4	0,58	0	3,95	22,67
morcov		12,5	0,13	0,01	0,7	4,1
zahar		5	0	0	4,95	17,4
ulei		5	0	4,95	0	44,95
Rasolnic ca la"Leninograd"	1/250		3,02	4,49	20,19	120,03
crupe de arpacaș		5	0,5	0,06	3,27	16,04
cartofi		100	1,44	0,07	13,68	57,6
ceapa		6	0,09	0	0,48	2,12
morcov		12,5	0,13	0,01	0,7	4,1
castraveți conservați		27,25	0,27	0,05	0,82	3,27
ulei		4,2	0	4,16	0	37,76
verdeața		4,05	0,68	0,14	1,72	1,26
Gulas carne bovină	50/70		13,05	9,16	6,38	164,98
carne de vită		79	11,97	4,15	0	88,88
faina		6	0,6	0,06	4,38	21,48
ceapa		16,8	0,24	0	1,34	5,93
pasat de rosii		4,4	0,24	0	0,66	3,74
ulei		5	0	4,95	0	44,95
Mazare fiarta	1/150		16,16	5,01	37,23	259,53
mazare uscata		70,5	16,13	0,70	37,18	220,26
unt		5,25	0,03	4,31	0,05	39,27
sare		1	0,00	0,00	0,00	0,00
Compot de fructe	1/200		0,16	0	28,27	102,3

mere		45,4	0,16	0,00	4,51	18,78
zahar		24	0,00	0,00	23,76	83,52
Fructe proaspete sezoniere	1/150		0,94	0,1	11,4	49,34
Pâine faina griu integrala fortificata .Fe/ acid folic/pâine secara	50/50		8,55	2,1	48	262,5
total prînz			42,59	25,82	161,07	1047,8
Prînz cl.V-IX						
Salata varza pichineza,morcov	1/100		0,71	4,96	9,6	89,12
varza pr.		91,4	0,58	0	3,95	22,67
morcov		12,5	0,13	0,01	0,7	4,1
zahar		5	0	0	4,95	17,4
ulei		5	0	4,95	0	44,95
Rasolnic ca la"Leninrad"	1/400		3,74	6,98	29,55	191,01
crupe de arpacaș		8	0,79	0,1	5,23	25,66
cartofi		160	2,3	0,12	21,89	93,16
ceapa		9,6	0,14	0	4,32	24,8
morcov		20	0,21	0,02	1,12	6,56
castraveți conservați		43,6	0,44	0,09	1,31	5,23
ulei		6,72	0	6,65	0	60,4
verdeața		4,05				
Gulas carne bovină	75/70		19,03	11,23	6,38	209,41
carne de vită		118,5	17,95	6,22	0	133,31
faina		6	0,6	0,06	4,38	21,48
ceapa		16,8	0,24	0	1,34	5,93
pasat de rosii		4,4	0,24	0	0,66	3,74
ulei		5	0	4,95	0	44,95
Mazare fiarta	1/150		16,16	5,01	37,23	259,53
mazare uscata		70,5	16,13	0,70	37,18	220,26
unt		5,25	0,03	4,31	0,05	39,27
sare		1	0,00	0,00	0,00	0,00
Compot de fructe	1/200		0,16	0	28,27	102,3
mere		45,4	0,16	0,00	4,51	18,78
zahar		24	0,00	0,00	23,76	83,52

Fructe proaspete sezoniere	1/150		1,4	0,42	30,8	100,6
Pâine faina griu integrala fortificata .Fe/ acid folic/pâine secara	50/50		8,55	2,1	48	262,5
total prînz			49,75	30,7	189,83	1214,47
Total dejun+prînz	cl. I-IV		59,30	39,51	235,05	1518,23
Total dejun+prînz	cl. V-IX		66,36	60,79	262,79	1789,90

Miercuri-II săptămîna	volumul bucatelor, gr/ml	masa brutto, gr/ml	Proteine gr	Lipide gr	Glucide gr	Valoare energetică Kcal
Dejun cl.I_IV						
Budincă din brînză de vaci/stafide	50/5		8,39	4,48	10,72	138,98
brînză de vaci		47	7,52	4,23	0,47	94,47
ouă		2	0,23	0,17	0,02	2,49
crupe de griș		3,4	0,38	0,02	2,47	11,6
pesmeți		1,7	0,17	0,02	1,24	6,09
zahar		3,4	0	0	3,37	11,83
ulei		1,5	0	1,49	0	13,49
stafide		5	0,09	0,04	3,15	12,5
Terci din ovăz dens cu lapte (2,5%gr.)	1/150		7,67	4,4	32,41	161,87
fulgi de ovas		33,3	3,96	1,93	21,76	81,89
lapte		123,7	3,71	2,47	6,19	64,32
zahar		4,5	0	0	4,46	15,66
Cacao lapte (2,5%gr.)	1/150		2,25	1,5	18,59	91,2
lapte		75	2,25	1,5	3,75	39
cacao		3	0	0	0	0
zahar		15	0	0	14,84	52,2
Pâine făină integrală fort.Fe ,Acid Folic	1/30		2,43	0,36	14,40	80,10
total dejun			20,74	10,74	76,12	472,15
Dejun cl.V-IX						
Budincă din brînză de vaci/stafide	50/5		8,39	4,48	10,72	138,98
brînză de vaci		47	7,52	4,23	0,47	94,47
ouă		2	0,23	0,17	0,02	2,49
crupe de griș		3,4	0,38	0,02	2,47	11,6
pesmeți		1,7	0,17	0,02	1,24	6,09

zahar		3,4	0	0	3,37	11,83
ulei		1,5	0	1,49	0	13,49
stafide		5	0,09	0,04	3,15	12,5
Terci din ovăz cu lapte (2,5%gr.)	1/200		8,23	4,54	39,87	181,16
fulgi de ovas		44,4	5,28	2,57	29,01	109,11
lapte		98,4	2,95	1,97	4,92	51,17
zahar		6	0	0	5,94	20,88
Cacao lapte (2,5%gr.)	1/200		3	2	24,8	121,6
lapte		100	3	2	5	52
cacao		4	0	0	0	0
zahar		20	0	0	19,8	69,6
Pâine făină integrală fort.Fe ,Acid Folic /pâine secară	30/20		4,23	0,96	24	131,7
total dejun			23,85	11,98	99,39	573,44
Prînz cl.I-IV						
Salată „Codreanca”	1/100		0,55	1,5	3,4	31,93
varza pr.		36,2	0,23	0	1,56	8,98
țelina		8,2	0,04	0,01	0,17	0,92
morcov		3,1	0,03	0	0,17	1,02
ardei dulci		33,4	0,25	0	1,5	7,52
ulei		1,5	0	1,49	0	13,49
Supă cu cartofi,fasole/verde ață	250/3		6,37	5,35	23,31	154,04
fasole		20,25	4,43	0,2	10,8	61,05
cartofi		66,75	0,96	0,05	9,13	38,45
ceapa		12	0,17	0	0,96	4,23
morcov		12,5	0,13	0,01	0,7	4,1
ulei		5	0	4,95	0	44,95
verdeață		4,04	0,68	0,14	1,72	1,26
sare		0,1	0	0	0	0
Pește copt cu legume	75/50		10,91	7,82	4,6	154,67
pește cong.		106,5	10,32	2,85	0	88,63

ceapă		9,5	0,14	0	0,76	3,35
morcov		22,5	0,23	0,02	1,26	7,38
pasta de roșii		4	0,22	0	0,6	3,4
ulei		5	0	4,95	0	44,95
zahar		2	0	0	1,98	6,96
sare		0,3	0	0	0	0
Terci de porumb	1/200		5,53	7,92	36,86	230,86
crupe de porumb		55,2	5,49	2,2	36,8	178,5
unt		7	0,04	5,72	0,06	52,36
sare		0,2	0	0	0	0
Compot de fructe	1/200		0,16	0	28,27	102,3
mere		45,4	0,16	0,00	4,51	18,78
zahar		24	0,00	0,00	23,76	83,52
Fructe proaspete	1/100		1	0,3	22,02	92,09
Pâine integrala fort Fe ,acid folic / pâine secară	50/50		8,55	2,1	48	262,5
			33,07	24,99	166,46	1028,39
Prînz cl.V-IX						
Salată „Codreanca”	1/100		0,55	1,5	3,4	31,93
varza pr.		36,2	0,23	0	1,56	8,98
țelina		8,2	0,04	0,01	0,17	0,92
morcov		3,1	0,03	0	0,17	1,02
ardei dulci		33,4	0,25	0	1,5	7,52
ulei		1,5	0	1,49	0	13,49
Supă cu cartofi,fasole/verde ață	400/5		10,234	8,496	31,506	246,558
fasole		32,4	7,088	0,32	17,28	97,68
cartofi		106,8	1,536	0,08	9,13	61,52
ceapa		19,2	0,272	0	1,536	6,768
morcov		20	0,208	0,016	0,7	6,56
ulei		8	0	7,84	0	71,92
verdeața		6,75	1,13	0,24	2,86	2,11
sare		0,1	0	0	0	0
Pește copt cu legume	75/50		10,91	7,82	4,6	154,67
pește cong.		106,5	10,32	2,85	0	88,63

ceapă		9,5	0,14	0	0,76	3,35
morcov		22,5	0,23	0,02	1,26	7,38
pasta de roșii		4	0,22	0	0,6	3,4
ulei		5	0	4,95	0	44,95
zahar		2	0	0	1,98	6,96
sare		0,3	0	0	0	0
Terci de porumb	1/200		5,53	7,92	36,86	230,86
crupe de porumb		55,2	5,49	2,2	36,8	178,5
unt		7	0,04	5,72	0,06	52,36
sare		0,2	0	0	0	0
Compot de fructe	1/200		0,16	0	28,27	102,3
mere		45,4	0,16	0,00	4,51	18,78
zahar		24	0,00	0,00	23,76	83,52
Fructe proaspete	1/200		1	0,6	22,02	166,13
Pâine integrala fort Fe ,acid folic / pâine secară	50/50		8,55	2,1	48	262,5
			36,93	28,44	174,66	1194,95
Total dejun+prânz	cl. I-IV		53,81	35,73	242,58	1500,54
Total dejun+prânz	cl. V-IX		60,78	40,42	274,05	1768,39

Joi-II săptămână	volumul bucatelor, gr/ml	masa brutto, gr/ml	Proteine gr	Lipide gr	Glucide gr	Valoare energetică Kcal
Dejun cl. I-IV						
Omleta cu br.ch.tare	1/50		6,08	6,9	0,95	75,68
ou		34,6	3,91	3,01	0,3	26,18
brânza ch .tare gr.45%		7,13	1,78	1,85	0	26,56
ulei		1,8	0	1,78	0	16,18
lapte		13	0,39	0,26	0,65	6,76
sare		0,05	0	0	0	0
Terci din grâu puhav	1/150		6,94	4,84	38,65	244,6
crupe de grâu		58,2	6,91	0,58	38,6	205,7
unt		5,25	0,03	4,26	0,05	38,9
Lapte fiert	1/150		6,33	4,22	10,55	36,56
lapte(2,5% gr)		158				
Pâine fort.Fe,acid folic	1/50		4,05	0,6	24	133,5
			23,4	16,56	74,15	490,34
Dejun cl. V-IX						
Omleta cu br.ch.tare	1/75		9,14	10,34	1,43	139,01
ou		52	5,88	4,51	0,45	64,69
brânza ch .tare gr.45%		10,7	2,67	2,77	0	39,86
ulei		2,7	0	2,67	0	24,27
lapte		19,6	0,59	0,39	0,98	10,19
sare		0,05	0	0	0	0
Terci din grâu puhav	1/150		6,94	4,84	38,65	244,6
crupe de grâu		58,2	6,91	0,58	38,6	205,7
unt		5,25	0,03	4,26	0,05	38,9
Lapte fiert	1/150		6,33	4,22	10,55	54,85
lapte(2,5% gr)		158				
Pâine fort.Fe,acid folic	1/50		4,05	0,6	24	133,5
			26,46	20	74,63	571,96
Prînz cl. I-IV						

Legume proaspete/ verd.	100/3		1,2	0	3	15,9
Borș cu cartofi,varză/ smântână pr.termic/verd	250/10/3		2,5	5,12	13,71	115,25
cartofi		26,75	0,39	0,02	3,66	15,41
Varza pr		25	0,16	0	1,08	6,2
ceapă		12	0,17	0	0,96	4,23
sfeclă		51	0,69	0	4,41	17,54
morcov		12,5	0,13	0,01	0,7	4,1
ulei		5	0	4,95	0	44,95
pastă de roșii		3	0,16	0	0,45	2,55
zahar		1,5	0	0	1,49	5,21
smântână		10	0,28	0	0,32	20
verdeața		4,05	0,68	0,14	1,72	1,26
Carne piept pui în sos	75/50		27,29	14	11,76	196,03
piept pui		121	26,71	11,3	7,7	152,8
ulei		2,7	0	2,67	0	24,27
faina grâu		2,5	0,25	0,03	1,83	8,95
ceapă		12	0,17	0	0,96	4,23
morcov		5	0,05	0	0,28	1,64
pasta de rosii		2	0,11	0	0,3	1,7
zahar		0,7	0	0	0,69	2,44
Pireu de cartofi	1/200		4,29	6,54	32,85	200,2
cartofi		228	3,3	0,16	31,2	131,3
lapte		31,8	0,95	0,64	1,59	16,54
unt		7	0,04	5,74	0,06	52,36
Compot de fructe uscate	1/200		0,34	0,14	52,2	189,2
fructe uscate		20	0,34	0,14	32,40	119,60
zahar		20	0,00	0,00	19,80	69,60
Fructe proaspete	1/100		0,63	0,07	7,7	32,9
Pâine fort.Fe .acid folic/pâine secară	50/50		8,55	2,1	48	262,5
total prînz			44,80	27,97	169,22	1011,98
Prînz cl.V-IX						
Legume proaspete/ verd.	100/3		1,2	0	3	15,9

Borș cu cartofi,varză/ smântână pr.termic/verd	400/10/3		3,424	8,108	20,1376	171,782
cartofi		42,8	0,624	0,032	5,856	24,794
Varza pr		40	0,256	0	1,08	9,92
ceapă		19,2	0,272	0	0,96	6,768
sfecă		81,6	1,104	0	7,056	28,064
morcov		20	0,208	0,016	1,12	6,56
ulei		8	0	7,92	0	71,92
pastă de roșii		3	0,256	0	0,7216	4,08
zahar		1,5	0	0	2,384	8,336
smântână		10	0,28	0	0,32	20
verdeața		4,05	0,68	0,14	1,72	1,26
Carne piept pui în sos	100/50		34,08	16,89	13,74	234,81
piept pui		161,1	33,5	14,19	9,68	191,58
ulei		2,7	0	2,67	0	24,27
faina grâu		2,5	0,25	0,03	1,83	8,95
ceapă		12	0,17	0	0,96	4,23
morcov		5	0,05	0	0,28	1,64
pasta de rosii		2	0,11	0	0,3	1,7
zahar		0,7	0	0	0,69	2,44
Pireu de cartofi	1/200		4,29	6,54	32,85	200,2
cartofi		228	3,3	0,16	31,2	131,3
lapte		31,8	0,95	0,64	1,59	16,54
unt		7	0,04	5,74	0,06	52,36
Compot de fructe uscate	1/200		0,34	0,14	52,2	189,2
fructe uscate		20	0,34	0,14	32,40	119,60
zahar		20	0,00	0,00	19,80	69,60
Fructe proaspete	1/150		1	0,6	22,02	124,5
Pâine fort.Fe .acid folic/pâine secară	50/50		8,55	2,1	48	262,5
total prînz			52,884	34,378	191,948	1198,892
Total dejun+prînz	cl. I-IV		68,2	44,53	243,37	1502,32
Total dejun+prînz	cl. V-IX		79,344	54,378	266,578	1770,852

Vineri-II săptămîna	volumul	masa	Proteine gr	Lipide gr	Glucide gr	Valoare energetică Kcal
	bucatelor, gr/ml	brutto, gr/ml				
Dejun cl.I-IV						
Brînză ch .tare gr.45%	1/10	11	2,6	2,7	0	38,81
Pârjoala naturală pui	1/50		16,43	11,9	4,74	139,85
carne fileu pui		79	16,43	6,95	4,74	94,9
ulei		5	0	4,95	0	44,95
Terci orz	1/150		3,03	4,66	23,57	138,82
crupe orz marunțit		32,25	3	0,35	23,52	99,55
Unt(82,5%gr)		5,2	0,03	4,31	0,05	39,27
Cacao lapte (2,5%gr.)	1/150		2,25	1,5	18,59	91,2
lapte		75	2,25	1,5	3,75	39
cacao		3	0	0	0	0
zahar		15	0	0	14,84	52,2
Pâine fort.Fe,acid folic	1/30		2,43	0,36	14,4	80,1
			26,74	21,12	61,3	488,78
Dejun cl.V-IX						
Brînză ch .tare gr.45%	1/20	21	5,2	5,4	0	77,62
Pârjoala naturală pui	1/50		16,43	11,9	4,74	139,85
carne fileu pui		79	16,43	6,95	4,74	94,9
ulei		5	0	4,95	0	44,95
Terci orz	1/150		3,03	4,66	23,57	138,82
crupe orz marunțit		32,25	3	0,35	23,52	99,55
Unt(82,5%gr)		5,2	0,03	4,31	0,05	39,27
Cacao lapte (2,5%gr.)	1/150		2,25	1,5	18,59	91,2
lapte		75	2,25	1,5	3,75	39
cacao		3	0	0	0	0
zahar		15	0	0	14,84	52,2
Pâine fort.Fe,acid folic	1/50		4,05	0,6	24	133,5
			30,96	24,06	70,9	580,99

Prînz cl.I-IV						
Salata din legume pr.	1/100		0,72	19,8	3,92	196,4
castraveți		37,5	0,28	0	1,05	4,2
roșii		48,2	0,27	0	1,92	8,2
ceapă		11,9	0,17	0	0,95	4,2
ulei		20	0	19,8	0	179,8
Supă cu cartofi,mazare verde/verdeață	250/3		6,37	5,35	23,31	154,04
mazare verde		20,25	4,43	0,2	10,8	61,05
cartofi		66,75	0,96	0,05	9,13	38,45
ceapa		12	0,17	0	0,96	4,23
morcov		12,5	0,13	0,01	0,7	4,1
ulei		5	0	4,95	0	44,95
verdeața		4,04	0,68	0,14	1,72	1,26
sare		0,1	0	0	0	0
Carne pui coapta	1/100		26,18	15,67	7,55	187,52
pulpe de pui		167,8	26,18	11,07	7,55	149,76
ulei		4,2	0	4,6	0	37,76
sare		0,3	0	0	0	0
Sarmale legume	1/150		1,31	4,07	9,44	90,02
orez		5,5	0,4	0,11	3,43	19,87
Varza pr		129	0,83	0	5,57	31,99
ceapă		3	0,04	0	0,24	1,06
morcov		3,5	0,04	0	0,2	1,15
ulei		4	0	3,96	0	35,95
Compot de fructe uscate	1/200		0,34	0,14	52,2	189,2
fructe uscate		20	0,34	0,14	32,40	119,60
zahar		20	0,00	0,00	19,80	69,60
Fructe proaspete	1/100		0,63	0,07	7,7	32,9
Pâine fort.Fe /pâine secară	50/30		6,75	1,5	38,4	210,9
			42,3	46,6	142,52	1060,98

Prînz cl.V-IX						
Salata din legume pr.	1/100		0,72	19,8	3,92	196,4
castraveți		37,5	0,28	0	1,05	4,2
roșii		48,2	0,27	0	1,92	8,2
ceapă		11,9	0,17	0	0,95	4,2
ulei		20	0	19,8	0	179,8
Supă cu cartofi,mazare verde/verdeață	400/3		9,784	5,506	36,264	218,738
mazare verde		32,4	7,088	0,32	17,28	97,68
cartofi		106,8	1,536	0,08	14,608	61,52
ceapa		19,2	0,272	0	1,536	6,768
morcov		20	0,208	0,016	1,12	6,56
ulei		8	0	4,95	0	44,95
verdeața		4,04	0,68	0,14	1,72	1,26
sare		0,1	0	0	0	0
Carne pui coapta	1/100		26,18	15,67	7,55	187,52
pulpe de pui		167,8	26,18	11,07	7,55	149,76
ulei		4,2	0	4,6	0	37,76
sare		0,3	0	0	0	0
Sarmale legume	1/250		2,17	4,14	15,71	125,97
orez		9,13	0,66	0,18	5,69	32,99
Varza pr		215	1,38	0	9,29	53,32
ceapă		5	0,07	0	0,4	1,76
morcov		5,9	0,06	0	0,33	1,94
ulei		4	0	3,96	0	35,96
Compot (fructe uscate)	1/200		0,34	0,14	52,2	189,2
fructe uscate		20	0,34	0,14	32,40	119,60
zahar		20	0,00	0,00	19,80	69,60
Fructe proaspete	1/100		0,63	0,07	7,7	32,9
Pâine fort.Fe /pâine secară	50/50		8,55	2,1	48	262,5
			48,374	47,426	171,344	1213,228
Total dejun+prînz	cl. I-IV		69,04	67,72	203,82	1549,76
Total dejun+prînz	cl. V-IX		79,334	71,486	242,244	1794,218