

Aprobat

Şef direcție Centrul de Sănătate Publică Bălți

D-nu I Chişlaru V.B.

Coordonat director infermaria nr. 8 Aproximare» Mironic Natalia

Meniu model pentru alimentația elevilor cl I- IV

* Dejun

Denumirea bucatelor	volumul	preț lei	calorii kcal.
---------------------	---------	----------	---------------

Prima zi

Terci din crupe de ovăș cu lapte și unt	1/200/5/20	5,25	347,013
---	------------	------	---------

Crupe de ovăș, lapte 2,5%, zahăr, unt țărănesc 82,5%

Tartină cu unt și cașcaval	10/15/26	5,46	142,0
----------------------------	----------	------	-------

Pâine de grâu, unt țărănesc 82,5%, cașcaval de Olanda 45%

Cacao cu lapte	1/150	2,29	123,75
----------------	-------	------	--------

Cacao, lapte 2,5%, zahăr

13,00lei 612,763

Ziua a doua

Budincă din brânză de vaci și smântână	1/90/10	12,52	446,91
--	---------	-------	--------

Brânză de vaci 5%, ouă, zahăr, smântână 10%, făină de grâu, crupe de griș

Ceai cu zahăr	1/200	0,48	46,125
---------------	-------	------	--------

Infuzie de ceai negru, zahăr

13,00 lei 493,03

Ziua a treia

Pârjoală școlară	1/50	11,10	121,3
------------------	------	-------	-------

Carne de vită, carne de pui, ceapă, ulei de floarea soarelui, pâine, sare

Pireu din mazăre	1/120	1,17	218,40
------------------	-------	------	--------

Mazăre uscată, ulei de floarea soarelui, sare

Ceai cu zahăr	1/150	0,48	53,0
---------------	-------	------	------

Infuzie de ceai negru, zahăr

Pâine	1/26	0,48	70,87
-------	------	------	-------

Pâine de grâu

13,00lei 463,57

Ziua a patra

Mâncărică din pește	50/50	8,29	173,0
---------------------	-------	------	-------

Fileu de pește, orez, ceapă, sare, ulei de floarea soarelui, smântână 10%

Mămăligă	1/120	1,29	164,298
----------	-------	------	---------

Făină de porumb, sare, ulei de floarea soarelui

Băutură din citrice	1/150	2,29	65,88
---------------------	-------	------	-------

Portocale, lămâie, zahăr

Biscuiți Toplenoie moloco	1/24	1,13	107,28
---------------------------	------	------	--------

Biscuiți toplennoie moloco

13,00lei 510,457

Ziua a cincea

Salată din sfeclă roșie cu caise	1/50	2,04	50,02
<i>Sfeclă roșie, caise uscate, ulei de floarea soarelui, zahăr</i>			
«Zrazâ» din carne de pui	1/70	8,99	217,28
<i>Carne de pui, fileu de pui, ceapă, ouă, ulei de floarea soarelui, pâine, făină de grâu</i>			
Terci din arpacaș	1/120	0,77	126,28
<i>Crupe de arpacaș, sare, ulei de floarea soarelui</i>			
Ceai cu lămâie	1/150/5	0,74	46,125
<i>Infuzie de ceai negru, zahăr, lămâie</i>			
Pâine de grâu	1/26	0,46	70,87
<i>Pâine de grâu</i>			
		13,00 lei	510,61

Ziua a șasea

Omletă naturală cu mazăre verde cons.	1/105/50	9,10	305,44
<i>Ouă, lapte 2,5 %, făină de grâu, sare, ulei de floarea soarelui, mazăre conservată</i>			
Tartină cu unt și magiun	10/15/22	2,70	172,78
<i>Pâine de grâu, unt țărănesc 82,5%, magiun</i>			
Băutură din miere	1/ 150	1,20	91,35
<i>Miere artificială</i>			
		13,00 lei	569,57

Ziua a șaptea

Terci din orez cu lapte, stafide și unt	1/200/20/5/6	7,19	228,76
<i>Orez, lapte 2,5 %, unt țărănesc 82,5%, stafide, zahăr</i>			
Tartină cu cașcaval	1/10/22	3,52	143,7
<i>Pâine de grâu, cașcaval de Olanda 45%</i>			
Cacao cu lapte	1/150	2,29	123,75
<i>Cacao praf, zahăr, lapte 2,5%</i>			
		13,00 lei	496,21

Ziua a opta

Salată vitamin	1/50	1,43	110,02
<i>Varză proaspătă, mere, rădăcină de țelină, zahăr, sare, ulei de floarea soarelui</i>			
Pârjoală din carne de pui	1/60	7,70	119
<i>Fileu de pui, carne de pui, ceapă, pine de grâu, sare, ouă, ulei de floarea soarelui, făină</i>			
Pireu din cartofi cu unt	1/120/5	2,91	219,2
<i>Cartofi, lapte 2,5%, unt țărănesc 82,5%, sare,</i>			
Ceai cu zahăr	1/150	0,48	60,32
<i>Infuzie de ceai negru, zahăr</i>			
Pâine	1/26	0,48	70,87
<i>Pâine de grâu</i>			
		13,00 lei	579,41

Ziua a noua

Tifteluțe moldovenești	50/50	10,07	245,04
<i>Carne de vită, carne de pui, ceapă, ouă, sare, făină de gru, ulei de floarea soarelui, morcov,</i>			
Mămăligă	1/120	1,29	112,05
<i>Făină de porumb, sare, ulei de floarea soarelui,</i>			
Peltea	1/150	1,29	135
<i>Peltea concentrat</i>			
		13,00lei	492,09

Ziua a zecea

Fileu de pește în ou	1/50	10,57	155,52
<i>Fileu de pește, sare, ulei de floarea soarelui, ouă, făină de grâu</i>			
Paste făinoase	1/120	1,69	183,58
<i>Paste făinoase, sare, ulei de floarea soarelui</i>			
Ceai cu lămâie	1/150/5	0,74	46,125
<i>Infuzie de ceai negru, zahăr, lămâie</i>			
		13,00lei	385,225

Tehnolog

Slabari L.

Atenție!!! Produsele finite expuse pot conține urme de substanțe care provoacă alergii-gluten, produse lactate, ouă și citrice.

Aprobat

Şef direcţie Centrul de Sănătate Publică Bălţi

D-nu I Chişlaru

Coordonator direcţia interimar I. M. «Aprovizionare» Mironic Natalia



Prînzuri

Prima zi

Denumirea bucatelor	volumul	preţ lei	calorii kcal.
Supă cu găluşte	1/250	3,27	174,9
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, făină de grâu, ouă, verdeaţă</i>			
Tifteluţe moldoveneşti	55/50	11,86	269,54
<i>Carne de vită, carne de pui, ceapă, morcov, pastă de roşii, sare, ulei de floarea soarelui, ouă</i>			
Pireu de mazăre	1/120	1,17	234,53
<i>Mazăre uscată, sare, ulei de floarea soarelui</i>			
Ceai cu lămâie	1/150/5	0,74	142,72
<i>Infuzie de ceai negru, zahăr, lămâie</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			
		18,00	989,16

Ziua a doua

Salată din ridiche cu mere	1/50	1,42	72
<i>Ridiche, mere, ulei de floarea soarelui, zahăr</i>			
Borş cu sfeclă roşie şi smântână	1/250/10	3,60	135,82
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, sfeclă roşie, varză proaspătă, suc de lămâie, verdeaţă, smântână 10%</i>			
Tocăniţă din carne de pui	50/25	9,24	190,98
<i>Carne de pui, ceapă, pastă de roşii, sare, ulei de floarea soarelui,</i>			
Mămăligă	1/120	1,29	164,298
<i>Făină de porumb, sare, ulei de floarea soarelui</i>			
Băutură din citrice	1/150	1,49	142,72
<i>Lăâie, portocale, zahăr,</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			
		18,00	873,288

Ziua a treia

Ciorbă din varză proaspătă cu smântână	1/250/10	3,14	125,7
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, varză proaspătă, verdeaţă, suc de lămâie, smântână 10%</i>			
Peşte în ou	1/50	11,98	172,8
<i>Fileu de peşte, sare, ulei de floarea soarelui, ouă</i>			
Terci din crupe de grâu	1/120	0,77	127,16
<i>Crup de grâu, sare, ulei de floarea soarelui</i>			
Compot din fructe proaspete	1/150	1,15	142,72
<i>Fructe proaspete, zahăr, suc de lămâie</i>			

Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			
		18,00	735,85

Ziua a patra

Salată din sfeclă roșie cu caise	1/50	2,04	48,9
<i>Sfeclă roșie, caise, zahăr, ulei de floarea soarelui</i>			
Supă cu fasole	1 /250	3,43	203,44
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, fasole, verdeață</i>			
Ruladă din carne de pui cu ou	1/60	7,60	176
<i>Fileu de pui, carne de pui, ceapă, sare, ulei de floarea soarelui, ouă</i>			
Paste făinoase fierte	1/120	1,69	183,58
<i>Paste făinoase, sare, ulei de floarea soarelui</i>			
Compot din fructe uscate	1/150	2,28	142,72
<i>Amestec de fructe uscate, zahăr, suc de lămâie</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			
		18,00	922,11

Ziua a cincea

Salată vitamin	1/50	1,43	110,02
<i>Varză proaspătă, morcov, rădăcină de țelină, măr, zahăr, ulei de floarea soarelui, sare</i>			
Supă cu mazăre verde	1/250	3,10	136,67
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, mazăre conservată, verdeață</i>			
Cartofi înăbușiți cu carne de pui	150/45	11,64	288,11
<i>Cartofi, carne de pui, ceapă, morcov, pastă de roșii, sare, ulei de floarea soarelui</i>			
Compot din fructe proaspete	1/150	1,15	142,72
<i>Fructe proaspete, zahăr, suc de lămâie</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			
		18,00	844,99

Ziua a șasea

Salată de varză cu mere	1/50	1,15	49,9
<i>Varză proaspătă, mere, zahăr, sare, ulei de floarea soarelui, suc de lămâie</i>			
Ciorbă cu tăiței de casă	1/250/10	3,60	156,8
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, tăiței de casă, verdeață, suc de lămâie</i>			
Fileu de pui în ou	1/50	8,85	161,5
<i>Fileu de pui, ouă, făină de grâu sare, ulei de floarea soarelui,</i>			
Pireu din cartofi	1/120	2,57	154,7
<i>Cartofi, lapte 2,5%, sare, ulei de floarea soarelui,</i>			
Compot din fructe proaspete	1/150	1,15	142,72
<i>Fructe proaspete, zahăr, suc de lămâie</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			

18,00 933,09

Ziua a șaptea

Borș cu varză proaspătă și smântână	1/250/10	3,32	135,82
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, sfeclă roșie, varză proaspătă, verdeață</i>			
Tifteluțe din pește în sos roșu	50/50	11,97	265,64
<i>Fileu de pește, ceapă, pastă de roșii, sare, ulei de floarea soarelui, ouă,</i>			
Terci din orez	1/120	1,01	145,96
<i>Orez, sare, unt țărănesc 82,5%</i>			
Ceai cu lămâie	1/150/5	0,74	46,125
<i>Infuzie de ceai negru, zahăr, lămâie</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			

18,00 761,045

Ziua a opta

Supă cu mazăre și crutoane	1/250/30	2,32	363,83
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, mazăre uscată, crutoane, verdeață,</i>			
Pârjoală școlară	1/60	9,51	178,5
<i>Carne de vită, carne de pui, ceapă, sare, ulei de floarea soarelui, făină de grâu, ouă</i>			
Paste făinoase fierte	1/120	1,69	183,58
<i>Paste făinoase, sare, ulei de floarea soarelui,</i>			
Compot din fructe proaspete	1/150	1,15	142,72
<i>Fructe proaspete, zahăr, suc de lămâie</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			
Măr copt	1/120	2,37	120,9
<i>Măr, zahăr</i>			

18,00 1154,0

Ziua a noua

Ciorbă cu linte	1/250	2,91	192,54
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, linte, verdeață,</i>			
Carne de pui în sos de smântână	45/50	9,99	258,45
<i>Carne de pui, ceapă, sare, ulei de floarea soarelui, smântână 10%, făină de grâu</i>			
Terci din hrișcă	1/100	2,99	112,05
<i>Hrișcă, sare, unt țărănesc 82,5%</i>			
Compot din fructe proaspete	1/150	1,15	142,72
<i>Fructe proaspete, zahăr, suc de lămâie</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			

18,00 770,23

Ziua a zecea

Salată din sfeclă cu caise	1/75	3,06	73,35
<i>Sfeclă roșie, caise uscate, zahăr, ulei de floarea soarelui</i>			
Rasolnic ca la Leningrad	1/250/10	3,29	138,63
<i>Cartofi, ceapă, morcov, sare, ulei de floarea soarelui, castraveți murați, verdeață, arpacaș de ovăș</i>			
«Zrazâ» din carne de pui	1/55	6,86	186,28
<i>Carne de pui, fileu de pui, ceapă, sare, ulei de floarea soarelui, ouă, pâine, făină de grâu</i>			
Pireu din cartofi	1/120	2,68	245,85
<i>Cartofi, sare, unt țărănesc 82,5%, lapte</i>			
Compot din fructe proaspete	1/150	1,15	142,72
<i>Fructe proaspete, zahăr, suc de lămâie</i>			
Pâine de grâu	2/26	0,96	167,47
<i>Pâine de grâu</i>			
		18,00	954,30

Tehnolog

Slabari L.

Atenție!!! Produsele finite expuse pot conține urme de substanțe care provoacă alergii-gluten, produse lactate, ouă și citrice.