

ZIUA X							
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brută kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun							
1.	Tocaniță din carne de porc	1/50/30		1,98	12,54	19,42	119,54
	Carne de porc degresată		0,070	1,28	9,41	5,44	76,80
	Sare iodată		0,001				
	Morcov		0,020	0,21	0,02	1,12	6,56
	Ceapă		0,020	0,29	0,03	12,26	5,38
	Pasta de tomate		0,002	0,20	0,08	0,60	3,80
	Ulei de floarea soarelui rafinat		0,003		3,00		27,00
2.	Piure de mazare	1/200		13,74	1,42	31,65	195,26
	Mazare		0,098	13,73	0,60	31,64	187,46
	Sare iodată		0,001				
	Unt fara grasimi vegetale 82,5%		0,002	0,01	0,82	0,01	7,80
3.	Salata de iarnă	1/50		3,3	8,02	9,75	108,58
	Sfecla		0,050	1,09		6,91	27,52
	Morcov		0,010	0,21	0,02	1,12	6,56
	Semințe de floarea soarelui		0,001	2	7	1,72	65,5
	Ulei de floarea soarelui(nerafinat)		0,001		1		9
4.	Compot de fructe uscate			0,26	0,41	17,4	74,14
	Fructe uscate		0,015	0,26	0,41	12,45	53,85
	Zahăr		0,005			4,95	20,29
5.	Pâine feliată	1/30		2,93	0,6	16,8	92,55
	Pâine alba de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,030	2,03	0,3	12	66,75
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				22,21	22,99	95,02	590,07
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA X				22,21	22,99	95,02	590,07

