

Prima zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Plăcintă cu umplutură de brânză	130g
	- Făină de grâu	40
	- Zahăr	3
	- Drojdie de panificație	0,5
	- Ulei	5
	- Brânză de vaci 5%	75
	- Ou	5
	- Sare	2
2	Lapte cu cacao	200
	- Lapte 2,5%	200
	- Zahăr	10
	- Cacao	1
Total prima zi		

A doua zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Gulas de pui	80
	- Carne de pui	40
	- Ceapa	5
	- Morcov	10
	- Unt	2
	- Făină de grâu	2
	- Lapte 2,5%	10
	- Paste de tomate	2
	- Ulei	5
2	Terci din crupe de hrișcă cu unt	150
	- Crupe de hrișcă	35
	- Unt	4,5
3	Salată	30
	- Sfeclă roșie	28
	- Ulei	2
	- Suc de lămâie	1
4	Pâine din făină de grâu fortificată cu Fe și acid folic	40
5	Ceai cu zahăr	200
	- Ceai	0,5
	- Zahăr	8
Total a doua zi		

A treia zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Pilaf dulce pe lapte și unt	200
	- Crupe de orez	35
	- Lapte 2,5%	160
	- Unt	5
	- Zahăr	8
2	Pesmeți dulci (sau Biscuiți)	40
3	Ceai cu zahăr	200
	- Ceai	0,5
	- Zahăr	8
Total a treia zi		

A patra zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Paste fierte cu unt	150
	- Paste	60
	- Unt	4.5
2	Pârjoală de porc cu sos de legume	80
	- Carne de porc	40
	- Pesmeți măcinați	4
	- Ou	4
	- Lapte 2,5%	10
	- Ceapă	3
	- Ceapa	5
	- Morcov	10
	- Pulpă de tomate	10
	- Ulei	5
3	Pâine din făină de grâu fortificată cu Fe și acid folic	40
4	Ceai	200
Total a patra zi		

A cincea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Cartofi înăbușiți cu carne de pui	150
	- Cartofi	80
	- Fileu de pui	50
	- Ceapă	8
	- Morcov	10
	- Ulei	5
	- Pastă de tomate	3
2	Salată de legume	30
	- Varză	25
	- Mazăre verde	4
	- Verdeță	1
	- Ulei	3
	- Suc de lămâie	1
3	Pâine	40
4	Ceai cu zahăr	200
	- Ceai	0,5
	- Zahăr	10
Total a cincea zi		

A șasea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Sarmale leneșe	150g
2	Chifla	1 buc /100g
3	Ceai	200
Total a șasea zi		

A șaptea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Piureu de mazăre cu unt	150
	- Crupe de mazăre	60
	- Unt	4,5
2	Pîrjoală de pasare cu sos de legume	80
	- Carne de pasare	40
	- Pesmeți măcinați	4
	- Ou	4
	- Lapte 2,5%	10
	- Ceapă	5
	- Ceapa	8
	- Morcov	10
	- Pulpă de tomate	1
	- Ulei	5
3	Pîine din făină de grîu fortificată cu Fe și acid folic	40
4	Ceai cu zahăr și lămîie	200
	- Ceai	0,5
	- Zahăr	10
	- Lămîie	5
Total a șaptea zi		

A opta zi

Nr.	Denumirea bucatelor
1	Terci din crupe de grîu pe lapte și unt
	- Crupe de grîu
	- Lapte 2,5%
	- Unt
	- Zahăr
2	Tartina cu unt și cașcaval
3	Ceai cu zahăr
	- Ceai
	- Zahăr
Total a opta zi	

A noua zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Terci din crupe de porumb cu unt	150
	- Crupe de porumb	30
	- Unt	5
2	Tocană din carne de pui	50g
	- Carne de pui	45
	- Ulei	
3	Pâine din făină de grâu fortificată cu Fe și acid folic	50
4	Fruct	1 buc
5	Ceai cu zahăr	200
	- Ceai	0,5
	- Zahăr	10
Total a noua zi		

A zecea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g
1	Piureu de cartofi cu unt	150
	- Cartofi	150
	- Lapte	20
	- Unt	3
2	Ou fiert	1 buc
	- Ou	
3	Salată	30
	- Sfeclă roșie	
	- Nuci (semințe)	
	- Ulei	
	- Suc de lămâie	
4	Suc	200
5	Pâine	40
Total a zecea zi		

