

ZIUA V							
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brută kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun				
1.	Șnițel de pui înăpăiat în semințe de susan	1/60/		20,88	15,73	10,60	245,31
	Fileu de pui		0,070	15,75	1,26	0,63	71,82
	Ou		0,010	1,13	0,87	0,09	12,44
	Sare iodată		0,001				
	Semințe de susan		0,001	3,00	10,50	2,58	98,25
	Făină de grâu integrală fortificată cu Fe și acid folic		0,005	1,00	0,10	7,30	35,80
	Ulei de floarea soarelui rafinat		0,003		3,00		27,00
2.	Piure din cartofi	1/150		3,23	4,63	25,69	153,08
	Cratofi		0,180	2,59	0,13	24,62	103,68
	Unt fără grăsimi vegetale 82,5%		0,003	0,04	4,10	0,07	39,00
	Lapte 2,5%		0,020	0,60	0,40	1,00	10,40
	Sare iodată		0,001				
3.	Legume porționate	1/50		0,85	2,02	14,45	34,8
	Roșii		0,053	0,29		2	8,55
4.	Pâine porționată	1/30		1,62	0,24	9,60	53,40
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		0,030	1,62	0,24	9,6	53,40
5.	Ceai	1/200		0,04	0,01	5,27	21,33
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,005				
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				25,77	20,61	51,16	473,12
	Gustare						
1.	Fructe proaspete,	1/100	0,100	0,89	0,22	88,8	42,18
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA V				27,51	22,85	154,41	550,10

