

Aprobat:

**Director „Kids Catering” SRL
Dna Ana Zasavițchi**

Meniu Model pentru 14 zile

Chișinău 2025

Meniu pentru vârsta până la 7 ani

Meniu 1

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	200	160
Hrișcă cu legume	100	160
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	50	10
Pâine	50	133
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	45	210
Chefir	100	85
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2236

Meniu 2

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	55
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Borș roșu	200	150
Paste fierte	100	154
Chifteluțe în sos de legume	75	169
Roșii proaspete	50	10
Pâine	50	133

Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	45	210
Lapte	100	70
Cina		
Omletă	100	163
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2153

Meniu 3

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	200	211
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	50/10	190
Cacao	150	80
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	200	156
Mămăligă cu unt	100	158
Tocăniță de pui	75	186
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	50	133
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	50	210
Ceai	150	12
Cina		
Ou	45	78
Cartofi la cuptor	100	95
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2145

Meniu 4

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	150	210
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12

Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă țărănească	200	143
Terci de grâu	100	160
Bătută de pui	50	211
Salată din varză și morcovi	50	12
Pâine	50	133
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă cu mere	75	166
Ceai	150	12
Cina		
Ou fiert	45	60
Dovlecei înăbușiți	100	96
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		1989

Meniu 5

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	200	249
Cașcaval	15	55
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de varză	200	153
Orez cu legume	100	160
Tocăniță de pui	50	174
Salată din varză	50	12
Pâine	50	133
Compot	100	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	47
Chiflă împletită	50	170
Cacao	100	80
Cina		
Ou fiert	45	60
Hrișcă fiartă	70	112
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2135

Meniu 6

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei și bostan cu lapte	200	206
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	200	157
Hrișcă cu legume	100	160
Chifteluțe în sos cu legume	75	169
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	50	120
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	50	170
Lapte	100	70
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	150	235
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2125

Meniu 7

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Zeamă	200	154
Orez cu legume	100	160
Pârjoală de pește	70	180
Salată din castraveți și roșii	50	12
Pâine	50	120
Compot	150	81
Gustare II		

Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	170
Ceai	150	12
Cina		
Bătută de pui	50	211
Salată din varză	50	12
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2115

Meniu 8

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	200	160
Hrișcă cu legume	100	160
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	50	10
Pâine	50	133
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	45	210
Chefir	100	85
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2236

Meniu 9

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	55
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		

Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Borș roșu	200	150
Paste fierte	100	154
Chifteluțe în sos de legume	75	169
Roșii proaspete	50	10
Pâine	50	133
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	45	210
Lapte	100	70
Cina		
Omletă	100	163
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2153

Meniu 10

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	200	211
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	50/10	190
Cacao	150	80
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	200	156
Mămăligă cu unt	100	158
Tocăniță de pui	75	186
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	50	133
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	50	210
Ceai	150	12
Cina		
Ou	45	78
Cartofi la cuptor	100	95
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2145

Meniu 11

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	150	210
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă țărănească	200	143
Terci de grâu	100	160
Bătută de pui	50	211
Salată din varză și morcovi	50	12
Pâine	50	133
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă cu mere	75	166
Ceai	150	12
Cina		
Ou fiert	45	60
Dovlecei înăbușiți	100	96
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		1989

Meniu 12

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	200	249
Cașcaval	15	55
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de varză	200	153
Orez cu legume	100	160
Tocăniță de pui	50	174
Salată din varză	50	12
Pâine	50	133
Compot	100	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	47
Chiflă împletită	50	170
Cacao	100	80

Cina		
Ou fiert	45	60
Hrișcă fiartă	70	112
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2135

Meniu 13

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei și bostan cu lapte	200	206
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	200	157
Hrișcă cu legume	100	160
Chifteluțe în sos cu legume	75	169
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	50	120
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	50	170
Lapte	100	70
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	150	235
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2125

Meniu 14

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70

Prânz		
Zeamă	200	154
Orez cu legume	100	160
Pârjoală de pește	70	180
Salată din castraveți și roșii	50	12
Pâine	50	120
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	170
Ceai	150	12
Cina		
Bătută de pui	50	211
Salată din varză	50	12
Pâine	45	120
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2115

Meniu pentru vârsta 8 – 17 ani

Meniu 1

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	350	280
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	100	160
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	50	10
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	50	233
Chefir	200	113
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Pâine	50	120
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2388

Meniu 2

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	20	73
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Borș roșu	300	225
Smântână	10	16
Paste fierte	100	154

Chifteluțe în sos de legume	75	169
Roșii proaspete	50	10
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	50	233
Lapte	200	140
Cina		
Omletă	100	163
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2513

Meniu 3

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	200	211
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	100/10	290
Cacao	200	107
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	300	234
Smântână	10	16
Mămăligă cu unt	100	158
Tocăniță de pui	75	186
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	210
Ceai	200	15
Cina		
Ou	50	60
Cartofi la cuptor	150	142
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2453

Meniu 4

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	200	280
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Supă țărănească	300	215
Smântână	10	16
Terci de grâu	100	160
Bătută de pui	75	312
Salată din varză și morcovi	75	18
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă cu mere	100	220
Ceai	200	15
Cina		
Ou fiert	45	60
Cartofi cu dovlecei înăbușiți	100	136
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2523

Meniu 5

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	250	311
Cașcaval	20	60
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de varză	300	230
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	190
Tocăniță de pui	75	161
Salată din varză	50	12
Pâine	100	267
Compot	200	108

Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	75	193
Cacao	200	160
Cina		
Ou fiert	50	60
Hrișcă fiartă	100	160
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2630

Meniu 6

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei cu lapte	200	206
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	100/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	300	285
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	100	160
Chifteluțe în sos cu legume	75	169
Castraveți proasp	50	7
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	75	193
Lapte	200	140
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	165	308
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2520

Meniu 7

Dejun

Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	100/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Zeamă	300	231
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Pârjoală de pește	70	180
Salată din castraveți și roșii	50	12
Pâine	100	267
Compot	100	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită cu zahăr	100	240
Ceai	200	15
Cina		
Bătută de pui	50	211
Salată din varză	100	24
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2444

Meniu 8

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	350	280
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	100	160
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	50	10
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare		
Mere proaspete	100	56

Biscuiți	50	233
Chefir	200	113
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Pâine	50	120
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2388

Meniu 9

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	20	73
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Borș roșu	300	225
Smântână	10	16
Paste fierte	100	154
Chifteluțe în sos de legume	75	169
Roșii proaspete	50	10
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	50	233
Lapte	200	140
Cina		
Omletă	100	163
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2513

Meniu 10

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	200	211
Cașcaval	15	45

Pâine cu unt	100/10	290
Cacao	200	107
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	300	234
Smântână	10	16
Mămăligă cu unt	100	158
Tocăniță de pui	75	186
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	210
Ceai	200	15
Cina		
Ou	50	60
Cartofi la cuptor	150	142
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2453

Meniu 11

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	200	280
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Supă țărănească	300	215
Smântână	10	16
Terci de grâu	100	160
Bătută de pui	75	312
Salată din varză și morcovi	75	18
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă cu mere	100	220
Ceai	200	15
Cina		
Ou fiert	45	60
Cartofi cu dovlecei înăbușiți	100	136

Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2523

Meniu 12

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	250	311
Cașcaval	20	60
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de varză	300	230
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	190
Tocăniță de pui	75	161
Salată din varză	50	12
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare II		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	75	193
Cacao	200	160
Cina		
Ou fiert	50	60
Hrișcă fiartă	100	160
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2630

Meniu 13

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei cu lapte	200	206
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	100/10	190
Ceai	200	15
Prânz		

Supă de cartofi cu mazăre uscată	300	285
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	100	160
Chifteluțe în sos cu legume	75	169
Castraveți proasp	50	7
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	75	193
Lapte	200	140
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	165	308
Pâine	80	213
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2520

Meniu 14

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	45
Pâine cu unt	100/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Zeamă	300	231
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Pârjoală de pește	70	180
Salată din castraveți și roșii	50	12
Pâine	100	267
Compot	100	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită cu zahăr	100	240
Ceai	200	15
Cina		
Bătută de pui	50	211
Salată din varză	100	24
Pâine	80	213
Ceai	200	15

Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2444

Meniu pentru adulți cu vârsta 18 ani +

Meniu 1

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	350	280
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	150	240
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	100	10
Pâine	150	20
Compot	200	108
Gustare		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	100	458
Chefir	200	113
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Salată din morcov cu răd	100	24
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2807

Meniu 2

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	250	316
Cașcaval	20	56
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Borș roșu	350	263
Smântână	10	16
Paste fierte	150	222

Chifteluțe în sos de legume	100	225
Salată din varză cu mazăre cons	100	24
Pâine	150	400
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	100	458
Lapte	200	140
Cina		
Omletă	100	163
Salată de legume	100	38
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3275

Meniu 3

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	250	284
Cașcaval	30	110
Pâine cu unt	100/20	380
Cacao	200	107
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	350	273
Smântână	10	16
Mămăligă cu unt	150	237
Tocăniță de pui	100	248
Castraveți proasp	100	14
Pâine	150	400
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	257
Ceai	200	15
Cina		
Ou	90	60
Cartofi la cuptor	200	190
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3150

Meniu 4

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	250	350
Pâine cu unt	100/10	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă țărăneasă	350	250
Smântână	10	16
Terci de grâu	150	240
Bătută de pui	100	422
Salată din varză și morcovi	100	24
Pâine	150	400
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă cu mere	100	221
Ceai	200	15
Cina		
Ou fiert	45	60
Dovlecei înăbușiți	200	192
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3144

Meniu 5

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	250	311
Cașcaval	30	110
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de varză	350	268
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Tocăniță de pui	100	348
Salată din varză	100	24
Pâine	100	400

Compot	200	108
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Cacao	200	160
Cina		
Ou fiert	100	60
Hrișcă fiartă	150	240
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3355

Meniu 6

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei cu lapte	250	258
Cașcaval	30	110
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	350	275
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	150	240
Chifteluțe în sos cu legume	100	225
Castraveți proaspeți	100	14
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	210
Lapte	200	140
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	165	308
Bătută de pui	100	422
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3439

Meniu 7

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	250	316
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	280
Ceai	200	15
Prânz		
Zeamă	350	270
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Pârjoală de pește	100	257
Salată din castraveți și roșii	100	32
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	210
Ceai	200	15
Cina		
Bătută de pui	100	422
Salată din varză	100	24
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3007

Meniu 8

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	350	280
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	150	240
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	100	10
Pâine	150	20
Compot	200	108
Gustare		

Mere proaspete	100	56
Biscuiți	100	458
Chefir	200	113
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Salată din morcov cu răd	100	24
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2807

Meniu 9

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	250	316
Cașcaval	20	56
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Borș roșu	350	263
Smântână	10	16
Paste fierte	150	222
Chifteluțe în sos de legume	100	225
Salată din varză cu mazăre cons	100	24
Pâine	150	400
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Biscuiți	100	458
Lapte	200	140
Cina		
Omletă	100	163
Salată de legume	100	38
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3275

Meniu 10

Dejun

Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	250	284
Cașcaval	30	110
Pâine cu unt	100/20	380
Cacao	200	107
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	350	273
Smântână	10	16
Mămăligă cu unt	150	237
Tocăniță de pui	100	248
Castraveți proasp	100	14
Pâine	150	400
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	257
Ceai	200	15
Cina		
Ou	90	60
Cartofi la cuptor	200	190
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3150

Meniu 11

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	250	350
Pâine cu unt	100/10	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă țărănească	350	250
Smântână	10	16
Terci de grâu	150	240
Bătută de pui	100	422
Salată din varză și morcovi	100	24
Pâine	150	400
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă cu mere	100	221

Ceai	200	15
Cina		
Ou fiert	45	60
Dovlecei înăbușiți	200	192
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3144

Meniu 12

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	250	311
Cașcaval	30	110
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de varză	350	268
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Tocăniță de pui	100	348
Salată din varză	100	24
Pâine	100	400
Compot	200	108
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Cacao	200	160
Cina		
Ou fiert	100	60
Hrișcă fiartă	150	240
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3355

Meniu 13

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei cu lapte	250	258

Cașcaval	30	110
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	350	275
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	150	240
Chifteluțe în sos cu legume	100	225
Castraveți proaspeți	100	14
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	210
Lapte	200	140
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	165	308
Bătută de pui	100	422
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3439

Meniu 14

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	250	316
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	280
Ceai	200	15
Prânz		
Zeamă	350	270
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Pârjoală de pește	100	257
Salată din castraveți și roșii	100	32
Pâine	100	267
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	56
Chiflă împletită	100	210
Ceai	200	15
Cina		

Bătută de pui	100	422
Salată din varză	100	24
Pâine	100	267
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3007