

**COORDONAT**

Agencia Națională pentru Sănătate
Publică

Șef CSP Chișinău



E. Teaci

Data 8 / 12 2021

APROB

Directorul companiei "PONTM.X" SRL


Cuzor Doina



Data 01 / 12 2021

**Meniu-Model
pentru 10 zile
pentru alimentația copiilor din instituțiile de tip internat alimentate
de Compania „PONTM.X” S.R.L., în perioada iarnă-primăvară pentru
anul 2022**

		Luni 1	Saptămîna 1				
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun Domiciliati /Nedomiciliați				
1.	Paste făinoase cu brînză de vaci	1/150/80		18,02	24,96	26,98	456,50
	Paste făinoase din făină integrala		0,035	3,50	0,46	25,90	126
	Sare iodata		0,001				
	Unt fara grasimi vegetale		0,020	0,12	16,40	0,18	149,60
	Brînză de vaci 9%		0,090	14,40	8,10	0,90	180,90
2.	Ou fiert	1/50	0,050	5,66	4,35	0,44	62,21
3.	Tartina cu unt si magiun	1/50/10/10		4,42	17,10	29,82	305,10
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,00	133,50
	Magiun		0,010	0,25	0,10	5,64	22,0
	Unt fără grasimi vegetale		0,020	0,12	16,40	0,18	149,60
4.	Ceai cu zahar si lamîie	1/200		0,03	0,01	10,17	35,67
	Ceai infuzie		0,001				
	Lamiie		0,005	0,03	0,01	0,27	0,87
	Zahăr		0,005			9,90	34,80
		DEJUN 2					
1.	Fructe proaspete (mere, prune, portocale, mandarine, banane)	1/220	0,250	0,88		24,86	103,40
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				29,01	46,42	92,27	962,88
			Prînz Domiciliati /Nedomiciliați				
1.	Supa cu fasole	1/300		10,13	3,52	52,65	272,34
	Cartofi		0,250	3,60	0,18	34,20	144,00
	Morcov		0,030	0,31	0,02	1,68	9,84
	Ceapa		0,030	0,43		2,39	10,58
	Bors acru		0,010				
	Fasole uscate		0,025	5,47	0,25	13,43	75,37
	Radacină de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Ulei de floarea soarelui		0,003		2,97		26,97
	Sare iodata		0,001				
	Tomate în suc propriu		0,020	0,20	0,08	0,60	3,80
	Verdeță		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
2.	Terci din grau cu sos din legume și chifteluțe de pui	1/200/50/100		22,74	11,11	48,87	362,38
	Crupa de grau		0,048	5,70	0,48	31,84	169,65
	Ceapa		0,040	0,57		3,19	14,11
	Morcov		0,040	0,42	0,03	2,24	13,12
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,96
	Carne de pui		0,090	14,04	5,94	4,05	80,33
	Pâine		0,015	1,22	0,18	7,20	40,05
	Ouă		0,006	0,68	0,52	0,05	7,46
	Pasta de tomate		0,002	0,11		0,30	1,70

3.	Legume proaspete porționate (ardei, roșii, castraveți)	1/50	0,051	0,29		2,03	8,72
4.	Compot din fructe	1/200		0,14		18,83	68,74
	Fructe proaspete		0,040	0,14		3,98	16,54
	Zahăr		0,010			14,85	52,20
5.	Piine de secara/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,00	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,00	129
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prînz				41,85	16,73	170,38	974,63
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1	Chifla cu susan	1/100		10,59	21,32	64,35	491,53
	Faina de grâu		0,080	8	0,80	58,40	286,40
	Drojdie		0,001	0,1	0,02	0,18	1,05
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Unt fara grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Ou		0,004	0,45	0,35	0,03	4,98
	Zahar		0,005			4,65	14,40
	Seminte de susan		0,010	2,00	7,00	1,00	65,00
2.	Cacao cu lapte	1/250		7,85	5,24	33,09	204,49
	Cacao		0,001	0,20	0,14	0,54	2,29
	Lapte 2,5%		0,255	7,65	5,10	12,75	132,60
	Zahăr		0,015			19,80	69,60
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				18,44	26,56	97,44	696,07
Cina Domiciliați							
1.	Cartofi înăbușiți în sos	1/200/50		4,84	4,18	41,30	214,59
	Cartofi		0,260	3,74	0,19	35,57	149,76
	Ceapă		0,040	0,57		3,19	14,11
	Morcov		0,040	0,42	0,03	2,24	13,12
	Pasta de tomate		0,002	0,11		0,30	1,70
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,9
	Sare iodată		0,0005				
2.	Șnițel de pui	1/50		15,73	8,64	8,62	128,98
	Fileu de pui		0,070	14,56	6,16	4,20	83,30
	Ou		0,005	0,57	0,44	0,04	6,22
	Ulei		0,002		1,98		17,98
	Faina de grâu integrala		0,006	0,60	0,06	4,38	21,48
3.	Piine de secara/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50/20		8,67	18,50	48,18	412,10
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,0	129,0
	Unt fara grasimi vegetale		0,020	0,12	16,40	0,2	149,6
4.	Ceai	1/200/5				9,90	34,80
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,005			9,90	34,80
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cină				29,24	31,32	108,00	790,47
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA I				118,54	121,03	448,61	3357,56
Prețul pentru o zi domiciliati 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliati 44,60 lei							

Marți

Săptămîna 1

Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun Domiciliati /Nedomiciliati							
1.	Terci de griș	1/200		8,9	12,37	33,20	281,52
	Crupe de griș		0,025	2,81	0,17	18,16	85,32
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Zahăr		0,005			4,95	17,40
	Lapte 2,5%		0,200	6,0	4,0	10,0	104
2.	Tartină cu brinza tare si unt	1/75/15/10		9,88	12,99	36,09	330,92
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,075	6,08	0,90	36	200,25
	Brînză tare 45%		0,015	3,74	3,89		55,87
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
3.	Cacao cu lapte	1/200		6,2	4,1	25,4	158,49
	Cacao		0,001	0,2	0,14	0,54	2,29
	Lapte 2,5%		0,200	6,0	4,0	10,0	104,0
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
	DEJUN 2						
4.	Mere coapte	1/200		2,9	15,20	29,91	256,46
	Mere proaspete		0,240	0,84		23,87	99,26
	Zahăr		0,005			4,95	17,4
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Nuci (grecești)		0,010	2	7	1	65
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				27,85	44,70	124,59	1027,39
Prînz Domiciliati /Nedomiciliati							
1.	Ciorbă din varză si smintina	1/300/10		6,00	5,2	44,59	262,96
	Varză		0,200	1,28		8,64	49,60
	Cartofi		0,250	3,6	0,18	31,2	144,00
	Bors acru		0,005				
	Morcov		0,030	0,31	0,02	1,68	9,84
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Pasta de tomate		0,001	0,05		0,15	0,85
	Rădăcină de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Ulei de floarea soarelui		0,003		2,97		26,97
	Smintina 15% prelucrata termic		0,010	0,28	2,0	0,32	20,00
	Sare iodată		0,001				
2.	Terci din hrișcă, pîrjoala de vită în sos roșu	1/150/70/50		18,86	27,74	36,82	497,73
	Crupe de hrisca		0,040	4,59	0,79	23,36	135,83
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,03	4,10	0,05	34,4
	Ceapă		0,040	0,57		3,19	14,11
	Pasta de tomate		0,002	0,11		0,30	1,70
	Morcov		0,020	0,21	0,02	1,12	6,56
	Ulei de floarea soarelui		0,009		8,91		80,91
	Făina de grîu integrala		0,005	0,50	0,05	3,65	17,90
	Carne de vita		0,060	9,09	3,15		67,50
	Pîine		0,010	0,81	0,12	4,80	26,70
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Ou		0,030	3,39	2,40	0,26	37,32

3.	Salata de sfecla	1/100		2,18	1,98	13,82	73,02
	Sfeclă		0,160	2,18		13,82	55,04
	Sare iodată		0,001				
	Ulei de floarea soarelui(nerafinat)		0,002		1,98		17,98
4.	Compot din fructe	1/200		0,14		18,83	68,74
	Fructe proaspete		0,040	0,14		3,98	16,54
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
5.	Piine de secara/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,5
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,0	129,0
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prînz				35,73	37,00	162,06	1164,95
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1	Chefir	1/200/60		6,00	0,10	6,00	92,00
	Chefir 2,5%		0,200	6,0	0,10	6,0	92,0
2	Pateu cu brînză	1/75		16,37	9,56	32,06	321,81
	Faina de grîu integrala		0,040	4,00	0,40	29,20	143,20
	Brînză de vaci		0,070	11,20	6,30	0,70	140,70
	Drojdie		0,0005	0,04	0,01	0,09	0,53
	Zahar		0,002			1,98	6,96
	Ulei de floarea soarelui		0,002		1,98		17,98
	Oua		0,010	1,13	0,87	0,09	12,44
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				22,37	9,66	38,06	413,81
Cina Domiciliați							
1.	Pilaf cu carne de pui	1/200/70		19,62	11,30	50,12	381,48
	Carne de pui		0,090	14,04	5,94	4,05	80,33
	Morcov		0,015	0,16	0,01	0,84	4,92
	Ceapa		0,015	0,21		1,20	5,29
	Orez		0,070	5,06	1,39	43,66	252,95
	Verdeată		0,001	0,04		0,07	0,33
	Sare iodată		0,0020				
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,96
	Pasta de tomate		0,002	0,11		0,30	1,70
2.	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50		4,05	0,60	24,00	135,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,00	135,50
3.	Piine de secara cu unt	1/50/10		4,56	9,70	24,09	203,80
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,00	129,00
4	Ceai cu zahar	1/200					52,20
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cina				28,23	21,60	98,21	772,98
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA II				114,18	112,96	422,92	3379,13
Prețul pentru o zi domiciliati 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliati 44,60 lei							

Ziua III Săptămîna 1							
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Terci din ouas pe lapte	1/200		11,72	15,23	40,41	308,21
	Fulgi de ouas		0,035	4,16	2,03	22,87	86,01
	Lapte 2,5%		0,250	7,50	5,00	12,50	130
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Zahăr		0,005			4,95	17,40
2.	Tartină cu unt	1/60/20		4,98	17,12	28,98	309,80
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,060	4,86	0,72	28,80	160,20
	Unt fără grasimi vegetale		0,020	0,12	16,40	0,18	149,60
3.	Ceai cu zahar	1/200				4,95	17,40
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,005			4,95	17,40
		DEJUN 2					
1.	Fructe proaspete (mere, prune, portocale, mandarine, banane)	1/126	0,180	1,26	0,38	27,72	112,14
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				17,96	32,73	102,06	747,55
Prînz Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Supă cu mazare și verdeață	1/300		13,72	5,58	60,27	339,40
	Mazare uscata		0,040	9,15	0,40	21,09	124,97
	Cartofi		0,250	3,60	0,18	34,20	144,00
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Morcov		0,040	0,42	0,03	2,24	13,12
	Rădăcina de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Sare iodată		0,001				
	Verdeață		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
2.	Pilaf cu carne de pui	1/200/90		21,67	12,49	27,96	271,04
	Carne de pui		0,120	18,72	7,92	5,40	107,10
	Orez		0,030	2,17	0,59	18,71	108,41
	Ceapă		0,025	0,36		2,00	8,82
	Morcov		0,025	0,26	0,02	1,40	8,20
	Pasta de tomate		0,003	0,16		0,45	2,55
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,96
	Sare iodată		0,001				
3.	Salata din legume fierte cu castraveti murati	1/100		4,04	0,24	33,07	144,94
	Cartofi		0,200	2,88	0,14	27,36	115,20
	Morcov		0,060	0,62	0,05	3,36	19,68
	Ceapa		0,020	0,29		1,60	7,06
	Castraveti murati cu conținut de sare de pînă la 1,5 gr.		0,025	0,25	0,05	0,75	3,0
4.	Compot din fructe	1/200		0,14		13,88	51,34
	Fructe proaspete		0,040	0,14		3,98	16,54
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
5.	Piine de secara/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,0	129,0

TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prînz				48,12	20,41	183,18	1069,22
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1.	Chifla cu stafide	1/75		12,10	15,42	61,15	436,27
	Faina de grîu integrala		0,054	5,40	0,54	39,42	193,32
	Lapte 2,5%		0,100	3,0	2,0	5,0	52,0
	Stafide		0,010	0,17	0,07	6,30	25,0
	Oua		0,030	3,39	2,61	0,26	37,32
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Ulei de floarea soarelui		0,002		1,98		17,98
	Drojdie		0,001	0,08	0,02	0,18	1,05
	Zahar		0,010			9,90	34,80
2.	Suc natural din fructe cu mai puțin de 5g de zaharuri per 100 ml	1/200	0,200	0,40		22,00	92,00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				12,50	15,42	83,15	528,27
Cina Domiciliați							
1.	Terci din grîu cu sos din legume	1/200/50		6,23	12,65	35,00	294,31
	Crupe de grîu		0,043	5,11	0,43	28,52	151,97
	Paste de tomate		0,002	0,11		0,30	1,70
	Faina de grîu integrala		0,005	0,50	0,05	3,65	17,90
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Ceapa		0,020	0,29		1,60	7,06
	Morcov		0,015	0,16	0,01	0,84	4,92
	Ulei de floarea soarelui		0,005		3,96		35,96
2.	Pîrjoala de pește	1/150		27,44	8,21	9,01	274,72
	Peste		0,250	24,23	6,70	0,00	208,05
	Pîine		0,008	0,65	0,10	3,84	21,36
	Oua		0,015	1,70	1,31	0,13	18,66
	Lapte 2,5%		0,020				
	Pesmeți		0,008	0,65	0,10	3,84	21,36
	Ceapa		0,015	0,21		1,20	5,29
3.	Salata din morcov, mere si seminte de floarea soarelui	1/70		3,70	7,12	13,38	148,72
	Morcov		0,150	1,56	0,12	8,40	49,20
	Mere proaspete		0,040	0,14		3,98	16,54
	Ulei de floarea soarelui		0,002		1,98		17,98
	Semințe de floarea soarelui		0,010	2,0	7,0	1,0	65,0
4.	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50		4,05	0,60	24,00	133,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,50
5.	Pîine de secara cu brinza tare	1/50/15		8,24	5,39	24,00	184,87
	Brînză tare 50%		0,015	3,74	3,89		55,87
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,0	129,0
6.	Ceai cu zahar	1/200		0,03	0,01	10,17	35,67
	Ceai infuzie		0,001				
	Lamfie		0,005	0,03	0,01	0,27	0,87
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cina				49,69	33,98	115,56	1071,79
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA III				128,27	105,89	483,95	3436,23
Prețul pentru o zi domiciliati 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliati 44,60 lei							

		Ziua IV	Săptămîna 1				
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Terci de mei pe lapte	1/200		11,81	19,34	43,11	396,56
	Crupa de mei		0,025	2,72	1,04	18,07	93,56
	Lapte 2,5%		0,300	9,00	6,00	15,00	156,00
	Unt fără grasimi vegetale		0,015	0,09	12,30	0,14	112,20
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
2.	Tartină cu unt si brinza tare	1/60/10/15		8,66	12,81	28,89	290,87
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,060	4,86	0,72	28,80	160,20
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,8
	Brînză tare 50%		0,015	3,74	3,89		55,87
3.	Ceai cu zahar	1/200				9,90	34,80
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
DEJUN 2							
1.	Fructe proaspete (mere, prune, portocale, mandarine, banane)	1/180	0,200	0,74		20,88	86,86
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				21,21	32,15	102,78	809,09
Prînz Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Supă cu paste fainoase	1/300		6,40	2,43	52,74	252,51
	Cartofi		0,250	3,60	0,18	34,20	144,00
	Morcov		0,030	0,31	0,02	1,68	9,84
	Ceapă		0,040	0,57		3,19	14,11
	Paste fainoase din faina integrala		0,018	1,80	0,23	13,32	64,80
	Rădăcină de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Verdeata		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
	Ulei de floarea soarelui		0,002		1,98		17,98
	Sare iodată		0,001				
2.	Mamaliga, peste copt cu legume	1/150/150/30		28,99	18,43	30,32	447,80
	Crupe de porumb		0,040	3,98	1,59	26,67	129,35
	Unt fără grasimi vegetale		0,005	0,03	4,10	0,05	37,40
	Morcov		0,025	0,26	0,02	1,40	8,20
	Tomate în suc propriu		0,020	0,20	0,08	0,60	3,80
	Ceapă		0,020	0,29		1,60	7,06
	Peste		0,250	24,23	6,70		208,05
	Ulei de floarea soarelui		0,006		5,94		53,94
	Sare iodată		0,001				
3.	Salată din varză si morcov	1/100/		1,45	3,01	8,86	77,95
	Varză proaspătă		0,150	0,96		6,48	37,20
	Morcov		0,040	0,42	0,03	2,24	13,12
	Ulei de floarea soarelui (nerafinat)		0,003		2,97		26,97

	Verdeață		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
4.	Compot din fructe	1/200		0,14		13,88	51,34
	Fructe proaspete		0,040	0,14		3,98	16,54
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
5.	Pâine de secară/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,00	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,00	129,00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prînz				45,53	25,97	153,80	1092,10
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1	Pateu cu brînză de vaci	1/90		23,27	25,74	54,02	596,70
	Faina de griu integrala		0,064	6,40	0,64	46,72	229,12
	Lapte 2,5%		0,020	0,60	0,40	1,00	10,40
	Brînză de vaci 5%		0,090	14,40	8,10	0,90	180,90
	Oua		0,015	1,70	1,31	0,13	18,66
	Zahar		0,005			4,95	17,40
	Ulei de floarea soarelui		0,003		2,97		26,97
	Unt fără grasimi vegetale		0,015	0,09	12,30	0,14	112,20
	Drojdie		0,001	0,08	0,02	0,18	1,05
2	Cacao cu lapte	1/200		6,20	4,14	30,34	175,89
	Cacao		0,001	0,20	0,14	0,54	2,29
	Lapte 2,5%		0,200	6,0	4,0	10,0	104,0
	Zahăr		0,020			19,80	69,60
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				29,47	29,88	84,36	772,59
Cîna Domiciliați							
1	Terci din orz mărunt cu chifteluțe din pui în sos alb	1/200/70/50		18,24	14,23	48,74	351,29
	Crupe de orz marunt		0,048	4,46	0,53	35,00	148,17
	Faină de grîu integrala		0,005	0,50	0,05	3,65	17,90
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Ulei de floarea soarelui		0,006		5,94		53,94
	Carne de pui		0,065	10,14	4,29	2,93	58,01
	Smintina 15% prelucrata termic		0,010	0,28	2,00	0,32	20,00
	Ouă		0,015	1,70	1,31	0,13	18,66
	Pîine		0,009	0,73	0,11	4,32	24,03
2	Pâine de secară/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,00	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,00	129,00
3	Ceai cu zahar	1/200				9,90	34,80
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cina				26,79	16,33	106,64	648,59
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA IV				123,00	102,35	447,58	3304,39
Prețul pentru o zi domiciliati 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliati 44,60 lei							

		Ziua V		Săptămîna 1			
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun Domiciliati /Nedomiciliati				
1.	Terci de orez pe lapte cu stafide	1/200		9,90	13,86	42,55	355,61
	Crupe de orez		0,030	2,17	0,59	18,71	108,41
	Lapte 2,5%		0,250	7,50	5,00	12,50	130,0
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,8
	Stafide		0,010	0,17	0,07	6,30	25,0
	Zahăr		0,005			4,95	17,4
2.	Tartina cu unt	1/60/10/		4,92	8,92	28,89	235,00
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,060	4,86	0,72	28,80	160,20
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
3.	Cacao cu lapte	1/250		7,85	5,24	28,14	187,09
	Cacao		0,001	0,2	0,14	0,54	2,29
	Lapte 2,5%		0,255	7,65	5,1	12,75	132,6
	Zahăr		0,015			14,85	52,2
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				22,67	23,02	99,58	777,70
			Prînz Domiciliati /Nedomiciliati				
1.	Rasolnic	1/300/		5,54	5,36	42,48	234,56
	Cartofi		0,200	2,88	0,14	27,36	115,2
	Morcov		0,030	0,31	0,02	1,68	9,84
	Foi de dafin		0,001				
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Pasta de tomate		0,002	0,11		0,3	1,7
	Rădăcină de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Verdeață		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Castraveti murati cu conținut de sare de pînă la 1,5 gr.		0,020	0,2	0,04	0,6	2,4
	Sare iodată		0,001				
	Arpacas		0,015	1,49	0,19	9,8	48,11
2.	Fileu de pui în sos alb cu piure din cartofi	1/70/50/200		27,75	27,20	53,66	493,58
	Cartofi		0,300	4,32	0,22	41,04	172,80
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Lapte 2,5%		0,050	1,50	1,00	2,50	26,00
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Piept de pui		0,100	20,80	8,80	6,0	119,0
	Ceapă		0,015	0,21		1,20	5,29
	Făină de grîu integrala		0,003	0,30	0,03	2,19	10,74
	Smântână 15% prelucrata termic		0,020	0,56	4,0	0,64	40,0
	Sare iodată		0,001				
3.	Salata de morcov,radacina telina si seminte de floarea soarelui	1/100		3,92	9,19	10,80	139,56
	Morcov		0,150	1,56	0,12	8,40	49,20
	Radacina telina		0,060	0,29	0,08	1,26	6,72

Luni 2 Săptămîna 2

Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Paste cu cascaval	1/150/15		7,55	12,81	25,99	260,40
	Paste fainoase din faina integrala		0,035	3,50	0,46	25,90	126,00
	Brînză tare 45%		0,016	3,99	4,15		59,60
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
2.	Tartină cu unt	1/60/10		4,92	8,92	28,89	235,00
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,060	4,86	0,72	28,80	160,20
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
3.	Ceai cu lamiie	1/200/5		0,03	0,01	10,17	35,67
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
	Lamiie		0,005	0,03	0,01	0,27	0,87
4.	Ou fiert	1/50		5,66	4,35	0,44	62,21
DEJUN 2							
5.	Fructe proaspete (mere, prune, portocale, mandarine, banane)	1/180	0,200	0,70		19,89	82,72
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				18,86	26,09	85,38	676,00
Prînz Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Supă de legume	1/300		6,79	2,37	75,63	189,18
	Cartofi		0,200	2,88	0,14	27,36	115,20
	Morcov		0,030	0,31	0,02	1,68	9,84
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Bors acru		0,010				
	Verdeata		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
	Conopida		0,100	1,60	0,08	40,0	20,0
	Rădăcină de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Mazăre verde prelucrata termic		0,025	1,25	0,05	3,25	10,0
	Tomate in suc de tomate		0,020	0,20	0,08	0,60	3,80
	Ulei de floarea soarelui		0,002		1,98		17,98
	Sare iodată		0,001				
2.	Terci din malai cu chifteluțe de pui în sos roșu	1/150/80/30		20,61	12,42	49,70	355,87
	Crupe de porumb		0,040	3,98	1,59	26,67	129,35
	Ceapa		0,060	0,86		4,79	21,17
	Morcov		0,060	0,62	0,05	3,36	19,68
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,96
	Sare iodată		0,001				
	Carne de pui		0,080	12,48	5,28	3,60	71,40
	Pâine		0,015	1,22	0,18	7,20	40,05
	Ouă		0,015	1,70	1,31	0,13	18,66
	Faina de grâu integrala		0,005	0,50	0,05	3,65	17,90
	Pasta de tomate		0,002	0,11		0,30	1,70
3.	Salata din cartofi cu castraveti murati si ceapa verde	1/100		3,02	1,15	27,75	125,77
	Cartofi		0,200	2,88	0,14	27,36	115,20
	Ulei de floarea soarelui		0,001		0,99		8,99
	Ceapa verde		0,002	0,04	0,00	0,09	0,38
	Castraveti murati cu continut de sare de pina la 1,5g		0,010	0,10	0,02	0,30	1,20

4.	Pâine de secară/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,00	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,00	129,00
5.	Compot din fructe	1/200		0,14		23,78	86,14
	Fructe proaspete		0,040	0,14		3,98	16,54
	Zahăr		0,020			19,80	69,60
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prînz				39,11	18,04	224,86	1019,46
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1	Chifla cu susan	1/75		10,17	20,60	44,27	430,03
	Sare iodată		0,001				
	Faina de grâu integrala		0,054	5,40	0,54	39,42	193,32
	Drojdie		0,001	0,08	0,02	0,18	1,05
	Ulei de floarea soarelui		0,006		2,97		53,94
	Ou		0,010	1,13	0,87	0,09	12,44
	Zahar		0,001			0,99	3,48
	Lapte 2,5%		0,050	1,50	1,00	2,50	26,00
	Unt fara grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Semințe de susan		0,010	2,0	7,0	1,0	65,0
2	Chefir 2,5%	1/200		6,00	0,10	6,00	92,00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				16,17	20,70	50,27	522,03
Cina Domiciliați							
1.	Terci din hrișcă și chifteluțe din pește cu sos roșu	1/200/150		34,04	21,71	48,34	604,91
	Crupe de hrișcă		0,055	6,32	1,03	32,13	186,76
	Sare iodată		0,001				
	Unt fara grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Sare iodată		0,0005				
	Morcov		0,040	0,42	0,03	2,24	13,12
	Ceapă		0,040	0,57		3,19	14,11
	Faina de grâu integrala		0,010	1,00	0,10	7,30	35,80
	Pasta de tomate		0,003	0,16		0,45	2,55
	Pește		0,250	24,23	6,70		208,05
	Pîine		0,005	0,41	0,06	2,40	13,35
	Oua		0,005	0,57	0,44	0,04	6,22
	Lapte 2,5%		0,010	0,3	0,2	0,5	5,20
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
2	Pîine de secară/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50/10		8,61	10,30	48,09	337,30
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,5	1,50	24,0	129,0
	Unt fara grasimi vegetale		0,010	0,1	8,20	0,1	74,8
3	Ceai cu zahar	1/200				14,85	52,20
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cina				42,65	32,01	111,28	994,41
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VI				116,79	96,84	471,79	3211,90
Prețul pentru o zi domiciliați 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliați 44,60 lei							

		Marti 2	Saptămîna 2				
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Terci din fulgi de ovaz	1/200		11,13	14,94	47,04	330,73
	Fulgi de ovaz		0,030	3,57	1,74	19,60	73,73
	Lapte 2,5%		0,250	7,5	5,0	12,5	130,0
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
2.	Tartină cu unt si brinza tare	1/50/10/15		7,85	12,69	24,09	264,17
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,50
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Brînză tare 50%		0,015	3,74	3,89		55,87
3.	Ceai cu lămîie	1/200		0,03	0,01	10,17	35,67
	Ceai infuzie		0,001				
	Lămîie		0,005	0,03	0,01	0,27	0,87
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
		DEJUN 2					
1.	Fructe proaspete (mere, prune, portocale, mandarine, banane)	1/180	0,200	0,70		19,89	82,72
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				19,71	27,64	101,19	713,29
Prînz Domiciliati /Nedomiciliați							
1	Supă cu orez	1/300		5,30	5,54	44,81	257,90
	Cartofi		0,200	2,88	0,14	27,36	115,20
	Morcov		0,040	0,42	0,03	2,24	13,12
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Bors acru		0,010				
	Rădăcină de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Orez		0,020	1,45	0,40	12,47	72,27
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Sare iodată		0,001				
	Verdeață		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
2.	Piureu din cartofi cu sos și batuta de pui	1/200/50/70		24,28	34,27	59,54	590,51
	Cartofi		0,300	4,32	0,22	41,04	172,80
	Lapte 2,5%		0,036	1,08	0,72	1,80	18,72
	Unt fără grasimi vegetale		0,020	0,12	16,40	0,18	149,60
	Ceapa		0,040	0,57		3,19	14,11
	Morcov		0,040	0,42	0,03	2,24	13,12
	Paste de tomate		0,001	0,05		0,15	0,85
	Fileu de pui		0,070	14,56	6,16	4,20	83,30
	Ulei de floarea soarelui		0,009		8,91		80,91
	Oua		0,020	2,26	1,74	0,17	24,88

	Faina de grâu integrală		0,009	0,9	0,09	6,57	32,22
	Sare iodată		0,002				
3	Legume proaspete porționate (ardei, roșii, castraveți)	1/45	0,060	0,45		2,70	13,50
4.	Pîine de secară/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,0	129,0
5.	Compot din stafide	1/200		0,34	0,14	32,40	119,60
	Stafide		0,020	0,34	0,14	12,6	50,00
	Zahăr		0,020			19,80	69,60
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prînz				38,92	42,05	187,45	1244,01
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1.	Lapte fiert	1/250	0,250	7,5	5,0	12,5	130,0
2	Budincă din brînză de vaci, caise uscate și semințe de susan	1/100		27,01	20,78	13,98	417,07
	Brînză de vaci 9%		0,150	24	13,5	1,5	301,5
	Crupe de griș		0,004	0,45	0,03	2,91	13,65
	Zahăr		0,004			3,96	13,92
	Ouă		0,002	0,23	0,17	0,02	2,49
	Pesmet		0,003	0,24	0,04	1,44	8,01
	Semințe de susan		0,010	2	7	1	65
	Caise uscate		0,005	0,09	0,04	3,15	12,5
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				34,51	25,78	26,48	547,07
Cina Domiciliați							
1.	Terci din grâu marunt cu carne de pui înăbușită în legume	1/200/60/75		20,17	10,35	38,08	295,83
	Crupe de grâu mărunț		0,040	4,75	0,40	26,53	141,37
	Carne de pui		0,090	14,04	5,94	4,05	80,33
	Morcov		0,060	0,62	0,05	3,36	19,68
	Ceapă		0,050	0,71		3,99	17,64
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,96
	Sare iodată		0,001				
	Paste de tomate		0,001	0,05		0,15	0,85
2	Pîine de secară/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,00	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,00	129,00
3	Ceai cu zahar	1/200				9,90	34,80
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cina				28,72	12,45	95,98	593,13
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VII				121,86	107,92	408,93	3084,20
Prețul pentru o zi domiciliați 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliați 44,60 lei							

Miercuri 2 Saptămîna 2							
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Terci de mei pe lapte	1/200		10,28	14,24	35,61	315,76
	Crupa de mei		0,025	2,72	1,04	18,07	93,56
	Lapte 2,5%		0,250	7,5	5,0	12,5	130,0
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Zahăr		0,005			4,95	17,40
2.	Tartină cu unt si brinza tare	1/60/10/20		9,91	14,10	28,89	309,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,060	4,86	0,72	28,80	160,20
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Brânza tare		0,020	4,99	5,18		74,50
3.	Cacao cu lapte	1/200		6,20	4,14	25,39	158,49
	Cacao		0,001	0,20	0,14	0,54	2,29
	Lapte 2,5%		0,200	6,00	4,00	10,00	104,00
	Zahăr		0,015			14,9	52,20
	DEJUN 2						
1.	Fructe proaspete (mere, prune, portocale, mandarine, banane)	1/180	0,200	0,74		20,88	86,86
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				27,13	32,48	110,77	870,61
Prînz Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Ciorbă din sfeclă cu fasole si verdeață	1/300		13,81	3,51	71,72	355,38
	Cartofi		0,250	3,60	0,18	34,20	144,00
	Morcov		0,060	0,62	0,05	3,36	19,68
	Ceapă		0,060	0,86		4,79	21,17
	Fasole uscate		0,030	6,57	0,30	16,12	90,45
	Bors acru		0,005				
	Sfeclă		0,150	2,04		12,96	51,60
	Paste de tomate		0,001	0,05		0,15	0,85
	Verdeață		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
	Ulei de floarea soarelui		0,003		2,97		26,97
	Sare iodată		0,001				
2.	Terci din hrisca cu tiflele de pui în sos de smantana	1/150/90/50		24,70	17,01	42,00	385,36
	Hrisca		0,040	4,59	0,79	23,36	135,83
	Carne de pui		0,100	15,60	6,60	4,50	89,25
	Pâine		0,010	0,81	0,12	4,80	26,70
	Ouă		0,015	1,70	1,51	0,13	18,66
	Ceapă		0,040	0,57		3,19	14,11
	Smantana 15% prelucrăta termic		0,020	0,56	4,00	0,64	40,00
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,96
	Sare iodată		0,001				

	Ceapa		0,040	0,57		3,19	14,11
	Făină de grâu integrala		0,003	0,30	0,03	2,19	10,74
3.	Salată de varza pekin si mazare verde	1/100		1,98	2,25	5,24	36,74
	Varza de pekin		0,150	1,48	0,25	3,94	14,76
	Mazare verde prelucrata termic		0,010	0,50	0,02	1,30	4,0
	Ulei de floarea soarelui (nerafinat)		0,002		1,98		17,98
4.	Compot din fructe	1/250		0,21		20,82	77,02
	Fructe proaspete		0,060	0,21		5,97	24,82
	Zahăr		0,015			14,9	52,2
5.	Pâine de secara/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,5
	Pâine de seară		0,050	4,5	1,50	24,0	129,0
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prînz				49,25	24,87	187,78	1117,00
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1	Chifla cu magiun	1/100		10,34	15,30	71,07	398,54
	Sare iodata		0,001				
	Faina de grâu		0,080	8,00	0,80	58,40	286,4
	Drojdie		0,001	0,08	0,02	0,18	1,05
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Ou		0,015	1,70	1,31	0,13	18,66
	Zahar		0,001			0,99	3,48
	Magiun		0,020	0,5	0,02	11,28	44,0
3.	Cacao cu lapte	1/200		6,40	4,28	20,98	143,38
	Cacao		0,002	0,4	0,28	1,08	4,58
	Lapte 2,5%		0,200	6,0	4,0	10,0	104,0
	Zahăr		0,010			9,9	34,80
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				16,74	19,58	92,05	541,92
Cina Domiciliați							
1	Sarmale leneșe cu carne de pui	1/200/60		18,44	10,35	34,56	290,81
	Carne de pui		0,090	14,04	5,94	4,05	80,33
	Varza proaspata		0,300	1,92		12,96	74,40
	Morcov		0,060	0,62	0,05	3,36	19,68
	Ceapa		0,015	0,21		1,20	5,29
	Orez		0,020	1,45	0,40	12,47	72,27
	Verdeață		0,001	0,04		0,07	0,33
	Sare iodata		0,0020				
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,96
	Pasta de tomate		0,003	0,16		0,45	2,55
2	Pâine de secara/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,0	133,5
	Pâine de seară		0,050	4,5	1,5	24,0	129,0
3	Ou fiert	1/50		5,66	4,35	0,4	62,2
4	Ceai cu zahar	1/200				4,95	52,20
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,005			4,95	17,40
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cina				32,65	16,80	87,95	667,72
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VIII				125,77	93,73	478,55	3237,22
Prețul pentru o zi domiciliati 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliati 44,60 lei							

Joi Săptămîna 2							
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun Domiciliati /Nedomiciliati							
1.	Terci de griş	1/200		10,37	13,37	35,70	307,52
	Crupe de griş		0,025	2,81	0,17	18,16	85,32
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,2	0,09	74,8
	Zahăr		0,005			5,0	17,4
	Lapte 2,5%		0,250	7,5	5,0	12,5	130,0
2.	Tartină cu unt cu magiun	1/60/10/10		5,17	9,02	34,53	257,00
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier şi acid folic		0,060	4,86	0,72	28,80	160,20
	Magiun		0,010	0,25	0,10	5,64	22,00
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
3.	Cacao cu lapte	1/200		6,40	4,28	25,93	160,78
	Cacao		0,002	0,40	0,28	1,08	4,58
	Lapte 2,5%		0,200	6,0	4,0	10,0	104,0
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
		DEJUN 2					
1.	Fructe proaspete (mere, prune, portocale, mandarine, banane)	1/200	0,220	0,77		21,88	90,99
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				22,71	26,67	118,04	816,29
Prînz Domiciliati /Nedomiciliati							
1.	Supă din varză si smintina	1/300/10		5,56	7,16	39,45	249,22
	Varză		0,180	1,15		7,78	44,64
	Cartofi		0,180	2,59	0,13	24,62	103,68
	Bors acru		0,005				
	Morcov		0,060	0,62	0,05	3,36	19,68
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Pasta de tomate		0,003	0,16		0,45	2,55
	Rădăcină de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Ulei de floarea soarelui		0,003		2,97		26,97
	Smintina 15% prelucrata termic		0,020	0,56	4,0	0,64	40,0
	Sare iodata		0,001				
2.	Terci de grau cu carne de pui in sos alb	1/100/75/50		24,47	17,98	24,49	295,96
	Crupe de grau		0,020	2,38	0,20	13,27	70,69
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Piept de pui		0,100	20,8	8,8	6,0	119,0
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Făină de grîu integrala		0,003	0,3	0,03	2,19	10,74
	Smântână 15% prelucrata termic		0,020	0,56	4,0	0,64	40,0
	Sare iodata		0,001				
3.	Salata de morcov,radacina de telina	1/100		1,78	2,17	9,03	70,16
	Morcov		0,140	1,46	0,11	7,84	45,92
	Radacina telina		0,050	0,25	0,07	1,05	5,60
	Verdeata		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66

	Ulei de floarea soarelui(nerafinat)		0,002		1,98		17,98
	Sare iodata		0,001				
4.	Compot din fructe	1/250		0,21	0,00	20,82	77,02
	Fructe proaspete		0,060	0,21		5,97	24,82
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
5.	Piine de secara/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,05	4,05	0,6	24,0	133,5
	Pâine de secară		0,05	4,5	1,5	24,0	129,0
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prinz				40,57	29,41	141,79	954,86
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1	Budincă din brinză de vaci și semințe de susan	1/160		42,88	43,54	49,66	858,62
	Brânză de vaci 9%		0,200	32,0	18,0	2,0	402,0
	Crupe de grîș		0,020	2,25	0,14	14,53	68,26
	Făină		0,020	2,0	0,2	14,6	71,6
	Zahăr		0,010			9,9	34,8
	Ulei de floarea soarelui		0,003		2,97		26,97
	Ouă		0,010	1,13	0,87	0,09	12,44
	Pesmet		0,005	0,41	0,06	2,4	13,35
	Lapte 2,5%		0,100	3,0	2,0	5,0	52,0
	Unt fără grasimi vegetale		0,015	0,09	12,30	0,14	112,2
	Seminte de susan		0,010	2,0	7,0	1,0	65,0
2.	Ceai cu zahar si lamie	1/200		0,03	0,01	10,17	35,67
	Ceai infuzie		0,001				
	Lamie		0,005	0,03	0,01	0,27	0,87
	Zahăr		0,010			9,90	34,80
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				42,91	43,55	59,83	894,29
Cina Domiciliați							
1	Ragu din legume cu carne de pui	1/300/50		17,23	9,94	52,85	317,17
	Carne de pui		0,070	10,92	4,62	3,15	62,48
	Cartofi		0,320	4,61	0,23	43,78	184,32
	Ceapă		0,020	0,29		1,60	7,06
	Morcov		0,020	0,21	0,02	1,12	6,56
	Mazăre verde prelucrata termic		0,020	1,0	0,04	2,60	8,00
	Tomate în suc propriu		0,020	0,20	0,08	0,60	3,80
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Sare iodata		0,0005				
2	Castraveti murati cu conținut de sare de pînă la 1,5 gr.	1/50	0,050	0,50	0,10	1,50	6,00
3	Ou fiert	1/50	0,050	5,66	4,35	0,44	62,21
	Ou						
4	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		4,05	0,6	24,0	133,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		2,000	4,05	0,6	24,0	133,5
5.	Piine de secara cu unt	1/50/10		4,56	9,70	24,09	203,80
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,20	0,09	74,80
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,0	129,0
6	Ceai cu zahar	1/200				4,95	17,40
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,005			5,0	17,4
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cina				32,00	24,69	107,83	740,08
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA IX				138,19	124,32	427,49	3394,76
Prețul pentru o zi domiciliați 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliați 44,60 lei							

		Ziua X	Săptămîna 2				
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
Dejun Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Terci cu orez și stafide	1/200		9,57	17,87	39,48	374,94
	Crupe de orez		0,025	1,81	0,5	15,59	90,34
	Lapte 2,5%		0,250	7,5	5,0	12,5	130,0
	Unt fără grasimi vegetale		0,015	0,09	12,3	0,14	112,2
	Zahăr		0,005			4,95	17,40
	Stafide		0,010	0,17	0,07	6,30	25,0
2.	Tartină cu unt și brinza tare	1/60/10/15		8,66	12,81	28,89	290,87
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,060	4,86	0,72	28,8	160,2
	Unt fără grasimi vegetale		0,010	0,06	8,2	0,09	74,8
	Brinza tare		0,015	3,74	3,89		55,87
3.	Lapte fiert	1/200		6,0	4,0	10,0	104,0
	Lapte 2,5%		0,200	6,0	4,0	10,0	104,0
		DEJUN 2					
1.	Fructe proaspete (mere, prune, portocale, mandarine, banane)	1/100		0,42	0	11,93	49,63
	Fructe proaspete		0,120	0,42		11,93	49,63
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				24,65	34,68	90,30	819,44
Prînz Domiciliati /Nedomiciliați							
1.	Supă cu paste fainoase	1/300		6,26	5,40	51,94	275,95
	Cartofi		0,250	3,60	0,18	34,20	144,00
	Morcov		0,030	0,31	0,02	1,68	9,84
	Ceapă		0,030	0,43		2,39	10,58
	Paste fainoase din faina integrala		0,018	1,8	0,23	13,32	64,8
	Rădăcină de țelină		0,010	0,05	0,01	0,21	1,12
	Verdeata		0,002	0,07	0,01	0,14	0,66
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95
	Sare iodată		0,001				
2	Piureu din legume, pirjoala din peste cu sos din legume	1/150/150/30		29,23	24,93	30,09	514,40
	Cartofi		0,100	1,44	0,07	13,68	57,60
	Dovleac(bostan)		0,100	0,70		4,20	18,20
	Unt fără grasimi vegetale		0,015	0,09	12,30	0,14	112,20
	Sare iodată		0,0005				
	Morcov		0,040	0,42	0,03	2,24	13,12
	Ceapă		0,040	0,57		3,19	14,11
	Faina de grîu integrala		0,010	1,00	0,10	7,30	35,80
	Tomate în suc propriu		0,020	0,20	0,08	0,60	3,80
	Pește		0,250	24,23	6,70		208,05
	Pîine		0,005	0,41	0,06	2,40	13,35
	Oua		0,005	0,57	0,44	0,04	6,22
	Lapte 2,5%		0,010	0,30	0,20	0,50	5,20
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		44,95

3	Salată "Gingășie"	1/50		2,95	9,04	18,79	103,70
	Conopidă		0,040	0,64	0,03	16,00	8,00
	Ceapa		0,005	0,07		0,40	5,29
	Morcov proaspăt		0,020	0,21	0,02	1,12	6,56
	Semințe de floarea soarelui		0,010	2,00	7,00	1,00	65,00
	Lămâie		0,005	0,03	0,01	0,27	0,87
	Ulei de floarea soarelui (nerafinat)		0,002		1,98		17,98
4.	Compot din fructe	1/250		0,21	0,00	20,82	80,02
	Fructe proaspete		0,060	0,21		5,97	27,82
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
5.	Piine de secară/ Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50/50		8,55	2,10	48,00	262,50
	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic		0,050	4,05	0,60	24,00	133,50
	Pâine de secară		0,050	4,50	1,50	24,00	129,00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Prînz				47,20	41,47	169,64	1236,57
Chindii Domiciliați /Nedomiciliați							
1.	Ou fiert	1/50		5,66	4,35	0,44	62,21
2	Pâine de făină integrală fortificată cu fier și acid folic	1/50		4,05	0,60	24,00	133,50
3	Unt fără grăsimi vegetale	1/10		0,06	8,20	0,09	74,80
3	Mere proaspete	1/100		0,42		11,93	49,63
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Chindii				10,19	13,15	36,46	320,14
Cina Domiciliați							
1.	Pîrjoala de pui	1/60		13,13	11,07	11,78	166,22
	Carne de pui		0,075	11,70	4,95	3,38	66,94
	Ceapa		0,015	0,21		1,20	5,29
	Piine		0,009	0,73	0,11	4,32	24,03
	Ulei de floarea soarelui		0,006		5,94		53,94
	Pesmeți		0,006	0,49	0,07	2,88	16,02
2.	Pâine de secară	1/50/		4,05	1,50	24,00	129,00
3.	Brînză tare 50%	1/20	0,020	4,99	5,18		74,50
4	Ceai cu zahăr	1/200				14,85	52,20
	Ceai infuzie		0,001				
	Zahăr		0,015			14,85	52,20
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Cina				22,17	17,75	50,63	421,92
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA X				105,71	107,05	347,03	2813,84
Prețul pentru o zi domiciliati 51,50 lei							
Prețul pentru o zi nedomiciliati 44,60 lei							