

Luni Săptămâna 1								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci de mei cu lapte	1/200			6.32	4.09	25.25	174.22
	Crupe de mei		20.000	25.000	3.00	0.25	16.75	89.25
	Lapte 2.5%		110.000	110.000	3.30	2.20	5.50	57.20
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
2.	Tartină cu branza tare	1/30/10			5.03	3.06	14.40	118.90
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Brânză tare (cașcaval) 45%		10.000	10.000	2.60	2.70	0.00	38.80
3.	Ceai cu lămâie	1/200			0.05	0.02	5.40	21.74
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Lămie		5.000	5.000	0.05	0.02	0.45	1.45
	Zahăr		5.000	5.000	0.00	0.00	4.95	20.29
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					11.40	7.17	45.05	314.86
Gustare								
	Fruite proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
			Prânz					
1.	Ciorba de legume și smântână	1/200			2.19	3.87	14.49	106.12
	Cartofi		40.000	40.000	0.80	0.04	7.60	32.00
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Rădăcină de țelină		5.000	5.000	0.04	0.01	0.15	0.80
	Pătrunjel		2.000	2.000	0.09	0.01	0.18	0.82
	Varză albă		60.000	60.000	0.48	0.00	3.24	18.60
	Ardei dulci		5.000	5.000	0.05	0.00	0.30	1.50
	Smântână 15% grăsime prelucrata termic		5.000	5.000	0.14	0.75	0.16	10.80
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
2.	Chiftele de pui în sos dulce acrișor cu piure de cartofi	1/70/20/100			19.48	13.67	36.33	296.24
	Pulpă de pasăre, dezosata, degresata		70.000	70.000	14.56	6.16	4.20	83.30
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		10.000	10.000	0.81	0.12	4.80	26.70
	Ceapă		5.000	5.000	0.09	0.01	0.37	1.60
	Ouă de găină de categoria "Extra"		3.000	3.000	0.39	0.30	0.03	4.29
	Lapte 2.5%		10.000	10.000	0.30	0.20	0.50	5.20
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Tomate în suc propriu		10.000	10.000	0.10	0.04	0.30	1.90
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Verdeață (Frunze de spanac, rucola, pătrunjel, marar etc)		5.000	5.000	0.22	0.02	0.45	2.05
	Ulei de floarea soarelui rafinat		5.000	5.000	0.00	5.00	0.00	45.00
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Cartofi		120.000	120.000	2.40	0.12	22.80	96.00
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
3.	Salata din roșii cu verdeață sisemințe de floarea soarelui	1/50			0.51	2.66	2.37	34.75
	Roșii		45.000	45.000	0.27	0.00	1.89	8.10
	Verdeață (Frunze de spanac, rucola, pătrunjel, marar etc)		5.000	5.000	0.22	0.02	0.45	2.05
	Nuci și semințe (nuci, migdale, in, floarea soarelui, susan)		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Ulei de floarea soarelui rafinat		1.000	1.000	0.00	1.00	0.00	9.00
4.	Compot din fructe de sezon în asortiment	1/200			0.20	0.00	8.62	35.67
	Fruite proaspete de sezon în asortiment		50.000	50.000	0.20	0.00	5.65	23.50
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
5.	Pâine portionata	1/30/20			4.23	0.96	24.00	131.70
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		20.000	20.000	1.80	0.60	9.60	51.60
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRÂNZ					26.61	21.16	85.81	604.48
GUSTAREA DE SEARĂ								
5	Chifla	1/80			8.00	1.28	40.00	295.30
	Chifle (achiziționate)		80.000	80.000	8.00	1.28	40.00	295.30
6	Chefir	1/200			6.00	0.10	6.00	92.00
	Chefir 2.5%		200.000	200.000	6.00	0.10	6.00	92.00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seara					14.00	1.38	46.00	387.30
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA I					52.61	29.70	193.80	1377.15

Marti Saptamana 1								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci de orez pe lapte	1/200			4.48	4.86	20.61	160.57
	Orez, șlefuit		20.000	20.000	1.46	0.40	12.60	73.00
	Lapte 2.5%		100.000	100.000	3.00	2.00	5.00	52.00
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		3.000	3.000	0.02	2.46	0.04	23.40
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
2.	Biscuiți la ceai	1/40			3.28	3.80	29.60	170.40
	Biscuiți fără grăsimi hidrogenizate		40.000	40.000	3.28	3.80	29.60	170.40
3.	Ceai cu lamâie	1/200			0.05	0.02	3.42	13.62
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Lămâie		5.000	5.000	0.05	0.02	0.45	1.45
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					7.81	8.68	53.63	344.60
Gustare								
	Fructe proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Supa de mazare cu crutoane	1/200			6.74	3.44	24.35	157.26
	Mazăre uscată		20.000	20.000	4.60	0.20	10.60	62.80
	Cartofi		30.000	30.000	0.60	0.03	5.70	24.00
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Tomate în suc propriu		5.000	5.000	0.05	0.02	0.15	0.95
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Pătrunjel		1.000	1.000	0.04	0.00	0.09	0.41
	Rădăcină de țelină		5.000	5.000	0.04	0.01	0.15	0.80
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Crutoane		10.000	10.000	0.81	0.12	4.80	26.70
2.	Papricaș de pui în sos de legume cu bulgur	1/65/30/100			25.46	2.11	24.83	220.80
	Fileu de pasăre		85.000	85.000	21.25	1.70	0.85	96.90
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Tomate în suc propriu		5.000	5.000	0.05	0.02	0.15	0.95
	Făină de grâu integrală fortificată cu Fe și acid folic		5.000	5.000	0.50	0.05	3.65	17.90
	Dovlecei		10.000	10.000	0.06	0.03	0.57	1.20
	Bulgur		25.000	25.000	3.00	0.25	16.75	89.25
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
3.	Salata din sfecla cu semințe de susan	1/50			1.18	1.71	6.27	41.15
	Sfeclă		50.000	50.000	0.85	0.00	5.40	21.50
	Morcov		10.000	10.000	0.13	0.01	0.70	4.10
	Nuci și semințe (nuci, migdale, in, floarea soarelui, susan)		1.000	1.000	0.20	0.70	0.17	6.55
	Ulei de floarea soarelui nerafinat		1.000	1.000	0.00	1.00	0.00	9.00
4.	Compot din fructe proaspete în asortiment	1/150			0.20	0.00	8.62	35.67
	Fructe proaspete de sezon în asortiment		50.000	50.000	0.20	0.00	5.65	23.50
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
5.	Pâine feliată	1/30/30			5.94	1.38	33.60	184.20
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		40.000	40.000	3.24	0.48	19.20	106.80
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRÂNZ					39.52	8.64	97.67	639.08
GUSTAREA DE SEARĂ								
1.	Colțunași lenoși cu smântână	1/150			10.15	6.24	29.77	244.24
	Brânză albă de vaci 5%		35.000	35.000	5.60	3.15	0.35	70.35
	Ouă de găină de categoria "Extra"		3.000	3.000	0.39	0.30	0.03	4.29
	Făină de grâu integrală fortificată cu Fe și acid folic		40.000	40.000	4.00	0.40	29.20	143.20
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Smântină 15% grăsimi prelucrata termic		5.000	5.000	0.14	0.75	0.16	10.80
2.	Ceai	1/200			0.00	0.00	2.97	12.17
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seară					10.15	6.24	32.74	256.41
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA II					58.08	23.56	200.99	1310.60

Miercuri Săptămâna 1								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci din orz mășcat pe lapte	1/200			6.62	4.29	25.75	179.42
	Crupe de orz mascat		20.000	25.000	3.00	0.25	16.75	89.25
	Lapte 2.5%		120.000	120.000	3.60	2.40	6.00	62.40
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
2.	Tartină cu unt	1/30/5			2.47	4.46	14.47	119.10
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		5.000	5.000	0.04	4.10	0.07	39.00
3.	Cacao cu lapte	1/200			4.70	3.14	11.01	92.46
	Cacao pudră		1.000	1.000	0.20	0.14	0.54	2.29
	Lapte 2.5%		150.000	150.000	4.50	3.00	7.50	78.00
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					13.79	11.89	51.22	390.99
Gustare								
	Fruite proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Ciorbă din sfeclă și smântână	1/200			2.62	3.85	16.14	106.56
	Sfeclă		70.000	70.000	1.19	0.00	7.56	30.10
	Cartofi		25.000	25.000	0.50	0.03	4.75	20.00
	Ceapă		25.000	25.000	0.43	0.05	1.83	8.00
	Morcov		25.000	25.000	0.33	0.03	1.75	10.25
	Pătrunjel		1.000	1.000	0.04	0.00	0.09	0.41
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Smântână 15% grăsimi prelucrata termic		5.000	5.000	0.14	0.75	0.16	10.80
2.	Mamaligă cu pește copt în sos din legume	1/100/80/30			19.83	8.58	25.45	265.11
	Crupe de porumb		28.000	28.000	3.36	0.28	18.76	99.96
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Tomate în suc propriu		5.000	5.000	0.05	0.02	0.15	0.95
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Pește		90.000	90.000	15.30	1.53	0.00	71.10
	Făină de grâu integrală fortificată cu Fe și acid folic		5.000	5.000	0.50	0.05	3.65	17.90
	Ulei de floarea soarelui rafinat		5.000	5.000	0.00	5.00	0.00	45.00
3.	Legume portionate proaspete	1/50			0.30	0.00	2.10	9.00
	Roșii		50.000	50.000	0.30	0.00	2.10	9.00
4.	Pâine feliată	1/30/30			5.13	1.26	28.80	157.50
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
5.	Compot din fructe proaspete în asortiment	1/20			0.20	0.00	8.62	35.67
	Fruite proaspete de sezon în asortiment		50.000	50.000	0.20	0.00	5.65	23.50
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRÂNZ					28.08	13.69	81.10	573.84
GUSTAREA DE SEARĂ								
1.	Paste făinoase cu branza de vaci	1/150			9.77	4.98	36.96	254.10
	Paste făinoase din făină integrală		50.000	49.500	4.95	0.64	36.63	178.20
	Brinză albă de vaci 5%		30.000	30.000	4.80	2.70	0.30	60.30
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
2.	Suc în asortiment	1/150			0.40	0.40	21.00	90.00
	Suc 100% din fructe cu mai puțin de 5 gr. de zaharuri per l		150.000	150.000	0.40	0.40	21.00	90.00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seară					10.17	5.38	57.96	344.10
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA III					52.63	30.97	207.23	1379.43

Joi Săptămâna 1								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci de griș pe lapte	1/200			6.68	4.12	27.26	184.93
	Crupe de griș		28.000	28.000	3.36	0.28	18.76	99.96
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Lapte 2.5%		110.000	110.000	3.30	2.20	5.50	57.20
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
2.	Tartină cu brânză tare	1/30/10			5.03	3.06	14.40	118.90
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Brânză tare (cașcaval) 45%		10.000	10.000	2.60	2.70	0.00	38.80
3.	Ceai	1/150			0.00	0.00	1.98	8.12
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					11.71	7.18	43.64	311.95
Gustare								
	Fructe proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Supă cu orez și verdeță	1/200			2.10	3.31	15.28	104.13
	Cartofi		30.000	30.000	0.60	0.03	5.70	24.00
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Rădăcină de țelină		5.000	5.000	0.04	0.01	0.15	0.80
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Orez, șlefuit		10.000	10.000	0.73	0.20	6.30	36.50
	Pătrunjel		3.000	3.000	0.13	0.01	0.27	1.23
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
2.	Cartofi înăbușiți cu carne de porc	1/120/60			4.78	14.23	35.26	241.35
	Carne de porc degresată		70.000	70.000	1.50	11.03	6.38	90.00
	Cartofi		140.000	140.000	2.80	0.14	26.60	112.00
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Ceapă		10.000	10.000	0.17	0.02	0.73	3.20
	Tomate în suc propriu		5.000	5.000	0.05	0.02	0.15	0.95
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
3.	Salată din mazare conservată cu semințe de floarea soarelui	1/50			2.35	4.57	5.23	59.55
	Mazare conservată		20.000	20.000	1.00	0.04	2.60	8.00
	Ceapă		5.000	5.000	0.09	0.01	0.37	1.60
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Nuci și semințe (nuci, migdale, in, floarea soarelui, susan)		5.000	5.000	1.00	3.50	0.86	32.75
	Ulei de floarea soarelui nerafinat		1.000	1.000	0.00	1.00	0.00	9.00
4.	Compot din fructe uscate în asortiment	1/150			0.26	0.41	15.42	66.02
	Fructe uscate+stafide		15.000	15.000	0.26	0.41	12.45	53.85
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
5.	Pâine feliată	1/30/20			4.32	1.14	24.00	130.80
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		20.000	20.000	1.62	0.24	9.60	53.40
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRANZ					13.80	23.65	95.18	601.85
GUSTAREA DE SEARA								
1.	Omletă cu legume	1/100			11.10	11.10	2.20	156.00
	Ouă de găină de categoria "Extra"		60.000	60.000	7.80	6.00	0.60	85.80
	Lapte 2.5%		20.000	20.000	0.60	0.40	1.00	10.40
	Ardei dulci		10.000	10.000	0.10	0.00	0.60	3.00
	Brânză tare (cașcaval) 45%		5.000	5.000	2.60	2.70	0.00	38.80
	Ulei de floarea soarelui rafinat		2.000	2.000	0.00	2.00	0.00	18.00
2.	Pâine feliată	1/30			5.81	4.19	49.85	80.10
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
3.	Biscuiți	1/20			1.74	1.93	20.65	85.20
	Biscuiți fără grăsimi hidrogenizate		20.000	20.000	1.64	1.90	14.80	85.20
4.	Limonada	1/150			0.10	0.03	5.85	23.19
	Lămie		10.000	10.000	0.10	0.03	0.90	2.90
	Zahăr		5.000	5.000	0.00	0.00	4.95	20.29
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seară					18.75	17.25	78.55	344.49
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA IV					19.73	17.70	81.16	1328.79

Vineri Săptămâna 1								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci din ovas pe lapte	1/200			5.82	5.66	25.26	174.02
	Fulgi de ovăz		25.000	25.000	2.50	1.00	16.75	81.25
	Lapte 2.5%		110.000	110.000	3.30	2.20	5.50	57.20
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		3.000	3.000	0.02	2.46	0.04	23.40
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
2.	Tartină cu magiun în asortiment	1/30/20			2.71	0.38	27.55	126.20
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Gem în asortiment		20.000	20.000	0.28	0.02	13.15	46.10
3.	Ceai cu lamie	1/200			0.05	0.02	3.42	13.62
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Lămie		5.000	5.000	0.05	0.02	0.45	1.45
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					8.58	6.06	56.23	313.85
Gustare								
	Fructe proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Supa din dovlecei cu crutoane	1/200			2.49	3.55	16.29	100.00
	Cartofi		30.000	30.000	0.60	0.03	5.70	24.00
	Morcov		25.000	25.000	0.33	0.03	1.75	10.25
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Rădăcină de țelină		5.000	5.000	0.04	0.01	0.15	0.80
	Tomate în suc propriu		5.000	5.000	0.05	0.02	0.15	0.95
	Dovlecei		40.000	40.000	0.24	0.12	2.28	4.80
	Crutoane		10.000	10.000	0.90	0.30	4.80	25.80
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
2.	Pârjoala de pui cu piure de mazare	1/70/30/100			25.13	12.00	30.96	288.09
	Pulpă de pasăre, dezosată, degresată		70.000	70.000	14.56	6.16	4.20	83.30
	Ceapă		10.000	10.000	0.17	0.02	0.73	3.20
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		10.000	10.000	0.81	0.12	4.80	26.70
	Ouă de găină de categoria "Extra"		3.000	3.000	0.39	0.30	0.03	4.29
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Mazăre uscată		40.000	40.000	9.20	0.40	21.20	125.60
	Ulei de floarea soarelui rafinat		5.000	5.000	0.00	5.00	0.00	45.00
3.	Salată din varza	1/50			0.58	1.02	3.56	29.60
	Varză albă		40.000	40.000	0.32	0.00	2.16	12.40
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Ulei de floarea soarelui nerafinat		1.000	1.000	0.00	1.00	0.00	9.00
4.	Pâine feliată	1/30			2.70	0.90	14.40	77.40
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
5.	Compot din fructe de sezon în asortiment	1/150			0.20	0.00	8.62	35.67
	Fructe proaspete de sezon în asortiment		50.000	50.000	0.20	0.00	5.65	23.50
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRÂNZ					31.10	17.47	73.83	530.76
GUSTAREA DE SEARĂ								
1.	Supa de lapte cu hrișcă	1/200			6.92	4.84	25.88	185.29
	Lapte 2.5%		150.000	150.000	4.50	3.00	7.50	78.00
	Zahăr		5.000	5.000	0.00	0.00	4.95	20.29
	Crupe de hrisca		20.000	20.000	2.40	0.20	13.40	71.40
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
2.	Ceai	1/200			4.92	5.70	46.38	263.72
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
3.	Biscuiți	1/30			2.46	2.85	22.20	127.80
	Biscuiți fără grăsimi hidrogenizate		30.000	30.000	2.46	2.85	22.20	127.80
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seara					14.30	13.39	94.46	576.81
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA V					54.58	36.91	241.47	1491.92

Luni Săptămâna 2								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci din orz măscat pe lapte cu stafide	1/200/5			6.46	4.06	29.92	193.63
	Crupe de orz mascat		28.000	28.000	3.36	0.28	18.76	99.96
	Lapte 2.5%		100.000	100.000	3.00	2.00	5.00	52.00
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
	Fructe uscate+stafide		5.000	5.000	0.09	0.14	4.15	17.95
2.	Tartină cu brânză tare	1/30/10			5.03	3.06	14.40	118.90
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Brânză tare (cașcaval) 45%		10.000	10.000	2.60	2.70	0.00	38.80
3.	Cacao cu lapte	1/200			4.70	3.14	12.99	100.58
	Cacao pudră		1.000	1.000	0.20	0.14	0.54	2.29
	Zahăr		5.000	5.000	0.00	0.00	4.95	20.29
	Lapte 2.5%		150.000	150.000	4.50	3.00	7.50	78.00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					16.19	10.26	57.31	413.11
Gustare								
	Fructe proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Supă cu tăiței	1/200			3.55	3.38	25.74	148.00
	Cartofi		40.000	40.000	0.80	0.04	7.60	32.00
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Rădăcină de țelină		5.000	5.000	0.04	0.01	0.15	0.80
	Pătrunjel		2.000	2.000	0.09	0.01	0.18	0.82
	Tăiței		20.000	19.800	1.98	0.26	14.65	71.28
	Ardei dulci		5.000	5.000	0.05	0.00	0.30	1.50
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
2.	Gulaș de vita cu paste fierte	1/50/150			20.21	11.27	41.85	361.40
	Carne de vițel		70.000	70.000	14.14	4.90	0.00	105.00
	Morcov		30.000	30.000	0.39	0.03	2.10	12.30
	Ceapă		30.000	30.000	0.51	0.06	2.19	9.60
	Ardei dulci		10.000	10.000	0.10	0.00	0.60	3.00
	Pastă de tomate		2.000	2.000	0.11	0.00	0.30	1.70
	Ulei de floarea soarelui rafinat		4.000	4.000	0.00	4.00	0.00	36.00
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Paste făinoase din făină integrală		50.000	49.500	4.95	0.64	36.63	178.20
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
3.	Legume proaspete porționate	1/50			0.30	0.00	2.10	9.00
	Roșii		50.000	50.000	0.30	0.00	2.10	9.00
4.	Pâine feliată	1/30/20			4.32	1.14	24.00	130.80
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		20.000	20.000	1.62	0.24	9.60	53.40
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
4.	Compot din fructe proaspete	1/200			0.20	0.00	9.61	39.73
	Fructe proaspete de sezon în asortiment		50.000	50.000	0.20	0.00	5.65	23.50
	Zahăr		4.000	4.000	0.00	0.00	3.96	16.23
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRÂNZ					28.59	15.79	103.30	688.93
GUSTAREA DE SEARĂ								
1.	Piure de cartofi	1/100			3.02	2.16	23.83	122.00
	Cartofi		120.000	120.000	2.40	0.12	22.80	96.00
	Lapte 2.5%		20.000	20.000	0.60	0.40	1.00	10.40
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
2.	Ou fiert	1 buc.			6.50	5.00	0.50	71.50
	Ouă de găină de categoria "Extra"		50.000	50.000	6.50	5.00	0.50	71.50
3.	Pâine feliată	1/30			2.43	0.36	14.40	80.10
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
4.	Ceai, fitoceai	1/200			0.00	0.00	1.98	8.12
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seara					4.83	0.48	37.20	281.72
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VI					50.21	26.52	214.75	1454.25

Marti Saptămăna 2								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Supa din lapte cu tăiței	1/200			5.60	4.30	23.65	161.45
	Tăiței		20.000	19.800	1.98	0.26	14.65	71.28
	Lapte 2.5%		120.000	120.000	3.60	2.40	6.00	62.40
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
2.	Tartină cu unt	1/30/5			2.47	4.46	14.47	119.10
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		5.000	5.000	0.04	4.10	0.07	39.00
3.	ceai				0.00	0.00	2.97	12.17
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					8.07	8.76	41.08	292.73
Gustare								
	Fruite proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Supa cu cartofi	1/200			2.16	2.16	15.76	88.17
	Cartofi		60.000	60.000	1.20	0.06	11.40	48.00
	Ardei dulci		5.000	5.000	0.05	0.00	0.30	1.50
	Morcov		25.000	25.000	0.33	0.03	1.75	10.25
	Ceapă		25.000	25.000	0.43	0.05	1.83	8.00
	Pătrunjel		2.000	2.000	0.09	0.01	0.18	0.82
	Rădăcină de țelină		10.000	10.000	0.07	0.02	0.30	1.60
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Ulei de floarea soarelui rafinat		2.000	2.000	0.00	2.00	0.00	18.00
2.	Chifteluțe în sos de legume cu terci din grâu	1/60/150			19.99	11.95	32.90	303.59
	Crupe de grau marunt		30.000	30.000	3.00	0.25	16.75	112.30
	Ulei de floarea soarelui rafinat		2.000	2.000	0.00	2.00	0.00	18.00
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Tomate în suc propriu		10.000	10.000	0.10	0.04	0.30	1.90
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Pulpă de pasăre, dezosată, degresată		65.000	65.000	14.56	6.16	4.20	83.30
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Făină de grâu integrală fortificată cu Fe și acid folic		10.000	10.000	1.00	0.10	7.30	35.80
	Ouă de găină de categoria "Extra"		3.000	3.000	0.39	0.30	0.03	4.29
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
3.	Salata din legume murate cu semințe de susan	1/50			0.68	1.80	1.61	21.31
	Castraveți murați cu continut de sare până la 1,5g sare		48.000	48.000	0.48	0.10	1.44	5.76
	Ulei de floarea soarelui rafinat		1.000	1.000	0.00	1.00	0.00	9.00
	Nuci și semințe (nuci, migdale, in, floarea soarelui, susan)		1.000	1.000	0.20	0.70	0.17	6.55
4.	Pâine feliată	1/30/40			5.94	1.38	33.60	184.20
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		40.000	40.000	3.24	0.48	19.20	106.80
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
5.	Compot din fructe proaspete	1/200			0.20	0.00	8.62	35.67
	Fruite proaspete de sezon în asortiment		50.000	50.000	0.20	0.00	5.65	23.50
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRANZ					28.97	17.29	92.49	632.94
GUSTAREA DE SEARĂ								
1.	Chifla în asortiment	1/80			8.00	1.28	40.00	295.30
	Chifle (achiziționate)		80.000	80.000	8.00	1.28	40.00	295.30
2.	Chefir	1/200			6.00	0.10	6.00	92.00
	Chefir 2.5%		200.000	200.000	6.00	0.10	6.00	92.00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seara					14.00	1.38	46.00	387.30
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VII					14.24	6.18	46.24	1383.47

Miercuri Săptămâna 2								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci din mei pe lapte	1/200			6.02	4.24	21.41	157.52
	Crupe de mei		20.000	20.000	2.40	0.20	13.40	71.40
	Lapte 2.5%		120.000	120.000	3.60	2.40	6.00	62.40
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
2.	Tartină cu brânză tare	1/40/10			5.84	3.18	19.20	145.60
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		40.000	40.000	3.24	0.48	19.20	106.80
	Brânză tare (cașcaval) 45%		10.000	10.000	2.60	2.70	0.00	38.80
3.	Lapte fiert	1/150			4.50	3.00	7.50	78.00
	Lapte 2.5%		150.000	150.000	4.50	3.00	7.50	78.00
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					2.60	2.70	1.98	46.92
Gustare								
	Fruite proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Ciorba cu sfeclă și smântână	1/200/5			2.78	3.86	17.76	113.37
	Sfeclă		70.000	70.000	1.19	0.00	7.56	30.10
	Morcov		25.000	25.000	0.33	0.03	1.75	10.25
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Cartofi		35.000	35.000	0.70	0.04	6.65	28.00
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Pătrunjel		2.000	2.000	0.09	0.01	0.18	0.82
	Smântână 15% grăsime prelucrata termic		5.000	5.000	0.14	0.75	0.16	10.80
2.	Pirjoala din pește cu legume sotate	1/60/30			14.65	6.45	8.71	149.25
	Pește		70.000	70.000	11.90	1.19	0.00	55.30
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		10.000	10.000	0.90	0.30	4.80	25.80
	Lapte 2.5%		20.000	20.000	0.60	0.40	1.00	10.40
	Ouă de găină de categoria "Extra"		5.000	5.000	0.65	0.50	0.05	7.15
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Ulei de floarea soarelui rafinat		4.000	4.000	0.00	4.00	0.00	36.00
3.	Mămăligă	1/100			2.42	1.84	13.43	87.00
	Crupe de porumb		20.000	20.000	2.40	0.20	13.40	71.40
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
4.	Salată din varza cu mazare conservata	1/50			0.65	1.01	3.35	26.50
	Varză albă		50.000	50.000	0.40	0.00	2.70	15.50
	Mazăre conservată		5.000	5.000	0.25	0.01	0.65	2.00
	Ulei de floarea soarelui rafinat		1.000	1.000	0.00	1.00	0.00	9.00
5.	Compot din fructe uscate	1/200			0.34	0.54	18.58	79.92
	Fruite uscate+stafide		15.000	15.000	0.34	0.54	16.60	71.80
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
6.	Pâine feliată	1/30/30			5.13	1.26	28.80	157.50
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRÂNZ					25.97	14.96	90.63	613.54
GUSTAREA DE SEARĂ								
1.	Iaurt în asortiment	1 buc.			9.06	11.35	64.20	433.70
	Iaurt natural, fără aditivi și adaos de zahar		125.000	125.000	2.50	3.75	5.00	62.50
2.	Biscuiți	1/40			3.28	3.80	29.60	185.60
	Biscuiți fără grăsimi hidrogenizate		40.000	40.000	3.28	3.80	29.60	185.60
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seara					12.34	15.15	93.80	619.30
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA VIII					41.51	32.81	203.36	1350.25

Joi Săptămâna 2								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci din gris pe lapte	1/200			5.42	3.84	20.41	147.12
	Crupe de gris		20.000	20.000	2.40	0.20	13.40	71.40
	Lapte 2.5%		100.000	100.000	3.00	2.00	5.00	52.00
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
2.	Covrigel fără grăsimi hidrogenizate	1/25			2.75	0.75	19.75	80.00
	Covrigel fără grăsimi hidrogenizate		25.000	25.000	2.75	0.75	19.75	80.00
3.	Ceai	1/200			0.05	0.02	2.43	9.57
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Lămlie		5.000	5.000	0.05	0.02	0.45	1.45
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					8.22	4.61	42.59	236.68
Gustare								
	Fruite proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Supă cu păstăi și smântână	1/200/			2.98	3.99	17.49	113.60
	Cartofi		60.000	60.000	1.20	0.06	11.40	48.00
	Morcov		25.000	25.000	0.33	0.03	1.75	10.25
	Ceapă		25.000	25.000	0.43	0.05	1.83	8.00
	Tomate în suc propriu		10.000	10.000	0.10	0.04	0.30	1.90
	Mazăre conservată		10.000	10.000	0.50	0.02	1.30	4.00
	Rădăcină de țelină		10.000	10.000	0.07	0.02	0.30	1.60
	Smântină 15% grăsimi prelucrata termic		5.000	5.000	0.14	0.75	0.16	10.80
	Pătrunjel		5.000	5.000	0.22	0.02	0.45	2.05
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
2.	Fileu de pui în sos de smântână cu orez	1/65/100			23.43	5.06	26.37	262.00
	Orez, șlefuit		30.000	30.000	2.19	0.60	18.90	109.50
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Fileu de pasăre		80.000	80.000	20.00	1.60	0.80	91.20
	Smântină 15% grăsimi prelucrata termic		5.000	5.000	0.14	0.75	0.16	10.80
	Păină de grâu integrală fortificată cu Fe și acid folic		5.000	5.000	0.50	0.05	3.65	17.90
	Ulei de floarea soarelui rafinat		2.000	2.000	0.00	2.00	0.00	18.00
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
3.	Salata de vara	1/50			0.67	1.03	11.42	21.10
	Conopidă		20.000	20.000	0.40	0.02	10.00	5.00
	Roșii		10.000	10.000	0.06	0.00	0.42	1.80
	Morcov		10.000	10.000	0.13	0.01	0.70	4.10
	Castraveți		10.000	10.000	0.08	0.00	0.30	1.20
	Ulei de floarea soarelui rafinat		1.000	1.000	0.00	1.00	0.00	9.00
4.	Compot din fructe proaspete	1/200			0.20	0.00	7.63	31.62
	Fruite proaspete de sezon în asortiment		50.000	50.000	0.20	0.00	5.65	23.50
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
5.	Pâine feliată	1/30/30			5.13	1.26	28.80	157.50
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRÂNZ					32.41	11.34	91.71	585.82
GUSTAREA DE SEARA								
1.	Budinca cu gem	1/100/20			15.75	11.66	59.83	444.35
	Brînză albă de vaci 5%		70.000	70.000	11.20	6.30	0.70	140.70
	Ouă de găină de categoria "Extra"		3.000	3.000	0.65	0.50	0.05	7.15
	Lapte 2.5%		20.000	20.000	0.60	0.40	1.00	10.40
	Crupe de gris		20.000	20.000	2.40	0.20	13.40	71.40
	Ulei de floarea soarelui rafinat		2.000	2.000	0.00	2.00	0.00	18.00
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Gem în asortiment		20.000	20.000	0.28	0.02	13.15	46.10
2.	Suc în asortiment	1/150			0.30	0.30	15.75	67.50
	Suc 100% din fructe cu mai puțin de 5 gr. de zaharuri per l		150.000	150.000	0.30	0.30	15.75	67.50
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seara					0.32	1.94	15.78	511.85
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA IX					3.64	2.21	32.30	1404.85

Vineri Săptămâna 2								
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Masa netto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun					
1.	Terci din ovas lapte	1/200			5.32	4.64	20.91	145.92
	Fulgi de ovăz		20.000	20.000	2.00	0.80	13.40	65.00
	Lapte 2.5%		110.000	110.000	3.30	2.20	5.50	57.20
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
2.	Tartină cu magliun	1/30/20			2.71	0.38	27.55	126.20
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Gem în asortiment		20.000	20.000	0.28	0.02	13.15	46.10
3.	Cacao cu lapte	1/200			4.70	3.14	10.02	88.41
	Lapte 2.5%		150.000	150.000	4.50	3.00	7.50	78.00
	Cacao pudră		1.000	1.000	0.20	0.14	0.54	2.29
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun					12.73	8.16	58.48	360.52
Gustare								
	Fructe proaspete în asortiment	1/150	150.000	150.000	0.60	0.00	16.95	70.50
Prânz								
1.	Ciorba din legume cu smântână	1/200			2.11	3.88	12.71	98.65
	Cartofi		30.000	30.000	0.60	0.03	5.70	24.00
	Morcov		20.000	20.000	0.26	0.02	1.40	8.20
	Varză albă		60.000	60.000	0.48	0.00	3.24	18.60
	Ceapă		20.000	20.000	0.34	0.04	1.46	6.40
	Pătrunjel		5.000	5.000	0.22	0.02	0.45	2.05
	Ulei de floarea soarelui rafinat		3.000	3.000	0.00	3.00	0.00	27.00
	Rădăcină de țelină		10.000	10.000	0.07	0.02	0.30	1.60
	Sare iodată		0.800	0.800	0.00	0.00	0.00	0.00
	Smântână 15% grăsime prelucrata termic		5.000	5.000	0.14	0.75	0.16	10.80
2.	Pirjoală în sos alb cu hrisca	1/70/20/100			20.86	12.93	37.02	315.24
	Pulpă de pasăre, dezosata, degresata		70.000	70.000	14.56	6.16	4.20	83.30
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		10.000	10.000	0.90	0.30	4.80	25.80
	Ceapă		10.000	10.000	0.17	0.02	0.73	3.20
	Ouă de găină de categoria "Extra"		3.000	3.000	0.39	0.30	0.03	4.29
	Smântână 15% grăsime prelucrata termic		5.000	5.000	0.14	0.75	0.16	10.80
	Făină de grâu integrală fortificată cu Fe și acid folic		5.000	5.000	0.50	0.05	3.65	17.90
	Crupe de hrisca		35.000	35.000	4.20	0.35	23.45	124.95
	Ulei de floarea soarelui rafinat		5.000	5.000	0.00	5.00	0.00	45.00
3.	Salata din sfecla cu semințe de susan	1/50			1.05	1.70	5.57	37.05
	Sfeclă		50.000	50.000	0.85	0.00	5.40	21.50
	Nuci și semințe (nuci, migdale, in, floarea soarelui, susan)		1.000	1.000	0.20	0.70	0.17	6.55
	Ulei de floarea soarelui rafinat		1.000	1.000	0.00	1.00	0.00	9.00
4.	Compot din fructe proaspete	1/200			0.20	0.00	7.63	31.62
	Fructe proaspete de sezon în asortiment		50.000	50.000	0.20	0.00	5.65	23.50
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
5.	Pâine feliată	1/20/30			5.13	1.26	28.80	157.50
	Pâine albă fortificată cu Fe și acid folic		20.000	20.000	2.43	0.36	14.40	80.10
	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic		30.000	30.000	2.70	0.90	14.40	77.40
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ PRÂNZ					29.35	19.77	91.73	640.06
GUSTAREA DE SEARA								
1.	Supă de lapte cu orez	1/180			6.34	5.14	26.25	197.02
	Orez, șlefuit		25.000	25.000	1.83	0.50	15.75	91.25
	Lapte 2.5%		150.000	150.000	4.50	3.00	7.50	78.00
	Unt fără grăsimi vegetale 82%		2.000	2.000	0.02	1.64	0.03	15.60
	Zahăr		3.000	3.000	0.00	0.00	2.97	12.17
2.	Biscuiți	1/40			3.28	3.80	29.60	185.60
	Biscuiți fără grăsimi hidrogenizate		40.000	40.000	3.28	3.80	29.60	185.60
3.	Ceai	1/200			0.00	0.00	1.98	8.12
	Ceai, fitoceai		1.000	1.000	0.00	0.00	0.00	0.00
	Zahăr		2.000	2.000	0.00	0.00	1.98	8.12
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Gustare de seara					9.62	8.94	57.83	390.74
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ ZIUA X					52.30	36.87	224.98	1461.82