

Aprobat:

Director SC "Brodetchi" SRL

_____ Ion Brodetchi

_____ 2025

Coordonat:

Şef Direcția CSP Orhei

_____ Ion Bolboceanu

_____ 2025

**Meniul model nr.2 pentru alimentația elevilor
clasa I-IX, alimentația la pachet
pentru sezonul de toamna -iarnă 2025**

Elaborat de SC "Brodețchi" SRL

Tehnolog: Mihai Alina

Orhei 2025

Prima zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa netă, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Pateu cu umplutură	1/100				
	- Făină de grâu	55	5,66	0,60	38,83	183,7
	- Zahăr	8	0	0	7,98	31,92
	- Unt	2	0,016	1,45	0,026	13,22
	- Umplutură (magiun, brinză, carne...)	20	0,08	-	13,0	50,0
	- Drojdie de panificație	1,5	-	-	-	-
	- Vanilie	0,03	-	-	-	-
	- Sare	0,8	-	-	-	-
2	Suc Naturalis	1/200	0,2	-	24,0	96,0
Total prima zi			5,95	2,05	83,83	374,84

A doua zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa netă, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Chiflă Aricel	1/100				
	- Făină de grâu	50	5,15	0,55	35,3	167,0
	- Zahăr	10	-	-	7,64	31,20
	- Drojdie de panificație	1,5	-	-	-	-
	- Lapte 2,5%	2	0,058	0,05	0,096	1,08
	- Ulei de floarea soarelui	10	-	4,49	-	44,95
	- Ou	5	0,89	0,81	0,05	10,99
	- Sare	2	-	-	-	-
2	Fruct (Banana)	1/200	3,0	0,4	43,6	190,0
Total a doua zi			9,09	6,3	86,68	445,22

A treia zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa netă, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Plăcintă cu brânză	1/120				
	- Făină de grâu	55	5,66	0,60	38,83	183,7
	- Zahăr	8	-	-	7,98	31,92
	- Unt	2	0,016	1,45	0,026	13,22
	- Brânză de vaci 5%	18	3,09	0,9	0,32	21,78
	- Drojdie de panificație	1,5	-	-	-	-
	- Vanilie	0,03	-	-	-	-
	- Sare	0,8	-	-	-	-
2	Fruct de sezon	1/150	0,6	0,06	14,7	70,5
Total a treia zi			9,36	3,01	61,85	321,12

A patra zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa netă, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Chifla Saica	1/100				
	- Făină de grâu	50	5,15	0,55	35,3	167,0
	- Zahăr	10	-	-	7,64	31,20
	- Drojdie de panificație	0,5	-	-	-	-
	- Ulei	10	-	4,49	-	44,95
	- Stafide	10	2,55	0,75	0,27	18,0
	- Ou	5	0,89	0,81	0,05	10,99
	- Sare	2	-	-	-	-

2	Iaurt	1/125g	4,0	4,13	5,0	73,75
Total a patra zi			12,59	10,73	48,26	345,89

A cincea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Chiflă cu brânză	1/100				
	- Făină de grâu c/s	50	5,15	0,55	35,3	167,0
	- Ou	9	1,14	1,035	0,063	14,13
	- Brânză de vaci	15	2,58	0,75	0,27	18,15
	- Lapte 2,5%	1,5	0,04	0,03	0,072	0,81
	- Zahăr	13	-	-	12,97	51,87
	- Ulei de floarea soarelui	2,5	-	2,49	-	22,48
	- Drojdie	3	-	-	-	-
	- Sare	0,8	-	-	-	-
2	Suc Naturalis	1/200	0,2	-	24,0	96,0
Total a cincea zi			9,11	4,85	72,67	370,44

A șasea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
1	Plăcintă cu umplutură de brânză	1/120g				
	-Făină de grâu	40	4,32	0,52	27,96	133,6
	-Zahăr	3	-	-	3,0	11,96
	-Drojdie de panificație	0,5	-	-	-	-
	-Ulei	5	-	14,85	-	8,99
	-Brânză de vaci 5%	75	12,75	3,75	1,35	90,0
	-Ou	5	0,89	0,81	0,05	10,99
	-Sare	2	-	-	-	-
2	Fruct de sezon	1/150	0,6	0,06	14,7	70,5
Total a șasea zi			18,59	19,99	47,06	326,04

A șaptea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa netă, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Chifla cu magiun	1/100				
	- Făină de grâu c/s	54	5,56	0,59	38,12	180,4
	- Zahăr	5	-	-	4,99	19,95
	- Ulei de floarea soarelui	1,5	-	1,49	-	13,49
	- Vanilie	0,05	-	-	-	-
	- Magiun	15	0,06	-	9,75	37,5
	- Drojdie	1,5	-	-	-	-
	- Sare	0,5	-	-	-	-
2	Iaurt	1/125g	4,0	4,13	5,0	73,75
Total a șaptea zi			9,62	6,21	57,86	325,09

A opta zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Plăcintă cu carne de pasăre	1/120g				
	- Făină de grâu c/s	50	2,7	0,33	17,48	83,5
	- Ulei e floarea soarelui	15	0,08	7,25	0,13	66,10
	- Carne de pasăre	55	15,34	1,24	0,26	73,45
	- Ceapă	5	0,06	0,01	0,41	2,05
	- Ou	5	0,63	0,58	0,035	7,85
	- Sare +piper negru	3	-	-	-	-
2	Fruct măr	1/200	3,0	0,4	43,6	190,0
Total a opta zi			21,81	9,81	61,91	422,95

A noua zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Chiflă Aricel	1/100				
	- Făină de grâu	50	5,15	0,55	35,3	167,0
	- Zahăr	10	-	-	7,64	31,20
	- Drojdie de panificație	0,5	-	-	-	-
	- Ulei	10	-	4,49	-	44,95
	- Stafide	10	2,55	0,75	0,27	18,0
	- Ou	5	0,89	0,81	0,05	10,99
	- Sare	2	-	-	-	-
2	Suc	1/200	0,2	-	24,0	96,0
Total a noua zi			14,38	15,48	59,14	433,84

A zecea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Burgher cu pîrjoală de pui	200				
	- Chiflă	1/80	6,48	0,8	39,04	193,6
	- Carne de pui	80	18,48	0,96	-	88,8
	- Varză	15	0,27	0,015	0,705	4,2
	- Morcov	10	0,13	0,01	0,69	3,2
	- Verdeță	0,5	0,03	0,005	0,075	0,49
	- Ulei de floarea soarelui	2	-	1,99	-	17,98
	- Castraveți murați	10	0,1	0,02	0,3	1,2
	- Cașcaval	15	3,48	4,42	-	54,6
2	Fruct de sezon	1/150	0,4	-	24,0	96,0
Total a zecea zi			29,37	8,22	64,81	460,07