

		Ziua II	Saptămîna 1				
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetica kkal
			Dejun				
1.	Terci de fulgi de ovaz pe lapte	1/200		10,79	10,42	46,08	274,5
	Lapte 2,5%		0,150	6	4	10	104
	Fulgi de ovaz		0,040	4,76	2,32	26,13	98,3
	Zahar		0,010			9,9	34,8
	Unt fara grasimi vegetale		0,005	0,03	4,1	0,05	37,4
2.	Biscuiti	1/50		4,10	4,75	37,00	213,00
	Biscuiti fara grasimi hidrogenizate (2 bucati)		0,050	4,1	4,75	37	213
3.	Cacao pe lapte	1/200		6,40	4,28	25,93	160,78
	Zahar		0,015			14,85	52,2
	Cacao		0,002	0,4	0,28	1,08	4,58
	Lapte 2,5%		0,150	6	4	10	104
4.	Piine de faina integrala fortificata cu fier si acid folic și magiun	1/50/20		4,55	0,80	35,28	177,50
	Piine de faina integrala		0,050	4,05	0,6	24	133,5
	Magiun		0,020	0,5	0,2	11,28	44
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				25,84	20,25	144,29	825,78
			Prînz				
1.	Ciorbă din varză și smîntînă	1/300/10		4,58	5,14	35,84	206,98
	Varză		0,100	0,64		4,32	24,8
	Cartofi		0,080	2,88	0,14	27,36	115,2
	Bors acru		0,005				
	Morcov		0,020	0,31	0,02	1,68	9,84
	Ceapă		0,015	0,29		1,60	7,06
	Pasta de tomate		0,003	0,16		0,45	2,55
	Rădăcină de țelină		0,005	0,02	0,01	0,11	0,56
	Ulei de floarea soarelui		0,003		2,97		26,97
	Smintina 15%		0,010	0,28	2	0,32	20
	Sare iodată		0,001				
2.	Piure de cartofi, pirjoala din vita	1/120/50		18,59	13,14	32,77	324,90
	Cartofi		0,160	2,3	0,12	21,89	92,16
	Unt fără grasimi vegetale		0,003	0,02	2,46	0,03	22,44
	Lapte 2,5%		0,020	0,6	0,4	1	10,4
	Ceapă		0,020	0,86		4,79	21,17
	Carne de vita		0,060	10,61	3,68		78,75
	Pîine		0,010	0,81	0,12	4,80	26,70
	Ulei de floarea soarelui		0,004		3,96		35,96
	Ou		0,007	3,39	2,40	0,26	37,32
	Sare iodată		0,0005				
3.	Salata de sfecla cu prune și semințe de floarea soarelui	1/100		2,19	2,72	15,35	85,14