

Miercuri 2 Saptămîna 2							
Nr	Denumirea bucatelor	Volumul bucatelor	Masa brutto kg	Proteine g	Lipide g	Glucide g	Valoarea energetică kkal
Dejun							
1.	Terci de hrișcă cu lapte	1/150		9,470	7,050	33,490	249,3
	Crupe de hrisca		0,030	3,45	0,59	17,52	101
	Lapte 2,5%		0,130	6	4	10	
	Zahar		0,006			5,94	20
	Unt fara grasimi vegetale		0,003	0,020	2,460	0,030	22,
2.	Ou fiert	1/50		5,66	4,35	0,35	49
	Ou		0,050	5,66	4,35	0,35	49
3.	Piine de faina integrala fortificata cu fier si acid folic unt	1/30/10		2,49	8,56	14,49	154
	Piine de faina integrala		0,030	2,43	0,36	14,4	8
	Unt fara grasimi vegetale		0,010	0,06	8,2	0,09	7
4.	Cacao pe lapte	1/200		6,40	4,28	25,93	160
	Zahar		0,015			14,85	5
	Cacao		0,002	0,4	0,28	1,08	4
	Lapte 2,5%		0,150	6	4	10	
TOTAL COMPOZIȚIE CHIMICĂ Dejun				24,02	24,24	74,26	614
Prînz							
1	Ciorbă din sfeclă	1/300		4,88	2,21	37,71	175
	Cartofi		0,080	2,88	0,14	27,36	11
	Morcov		0,025	0,26	0,02	1,40	8
	Ceapă		0,020	0,29		1,60	7
	Bors acru		0,010				
	Sfeclă		0,070	0,95		6,05	24
	Pasta de tomate		0,003	0,16		0,45	2
	Verdeață		0,002	0,34	0,07	0,85	0
	Ulei		0,002		1,98		17
	Sare iodată		0,0005				
2.	Paste fierte cu pirjoala din peste cu sos din legume	1/150/80/50		16,79	8,98	45,65	359
	Paste fainoase		0,050	5	0,65	37	
	Morcov		0,020	0,21	0,02	1,12	
	Ceapă		0,030	0,42		2,4	10
	Sare iodată		0,0005				
	Faina		0,003	0,3	0,03	2,19	10
	Pește congelat		0,098	9,58	2,63		8
	Pîine		0,005	0,41	0,06	2,4	11
	Oua		0,005	0,57	0,44	0,04	6
	Lapte 2,5%		0,010	0,3	0,2	0,5	
	Ulei de floarea soarelui		0,005		4,95		4