

Aprobat:
Director SC "Brodetchi" SRL

Ion Brodetchi

2026

Coordonat:
Şef Direcția CSP Orhei

Ion Bolboceanu

2026

**Meniul model nr.2 pentru alimentația elevilor
clasa I-IX, alimentația la pachet
pentru sezonul de iarnă- primăvară 2026**

Elaborat de SC "Brodetchi" SRL

Tehnolog: Mihai Alina

Orhei 2026

Prima 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	Suc Naturalis	1/200	0,2	-	24,0	96,0
<i>Alergeni: gluten, lactoză, ou, soia</i>						
Total prima zi			6,29	5,9	67,08	351,22

A doua zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa netă, 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 de 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 de sezon	1/200	0,6	0,06	14,7	70,5
<i>Alergeni: gluten, lactoză, ou, soia</i>						
Total a doua zi			19,41	9,47	33,01	303,45

A treia zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa netă, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Chiflă cu mac	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	-	-	-	-
	- Umplutură de mac	15	0,06	-	9,75	37,5
	- Drojdie	1,5	-	-	-	-
	- Sare	0,5	-	-	-	-
2	Iaurt natur	1/125g	4,0	4,13	5,0	73,75
<i>Alergeni: gluten, lactoză, ou, soia</i>						
Total a treia zi			9,62	6,21	57,86	325,09

A patra zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa netă, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
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 buc	0,4	-	24,0	96,0
<i>Alergeni: gluten, lactoză, ou, soia</i>						
Total a patra zi			18,36	19,93	56,36	351,54

A cincea zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Chiflă cu cașcaval	1/100				
	- Făină de grâu/s	50	5,4	0,650	34,96	167,0
	- Zahăr	10	-	-	9,98	39,90
	- Ouă	14	1,78	1,62	0,1	21,98
	- Unt	6	0,04	4,36	0,08	39,66
	- Drojdie de panificație	2	-	-	-	-
	- Cașcaval	30	6,96	8,85	-	109,2
	- Sare	0,8	-	-	-	-
2	Suc Naturalis	1/200	0,2	-	24,0	96,0
<i>Alergeni: gluten, lactoză, ou, soia</i>						
Total a cincea zi			14,38	15,48	69,12	473,74

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	Suc Naturalis	1/200	0,2	-	24,0	96,0
<i>Alergeni: gluten, lactoză, ou, soia</i>						
Total a șasea zi			18,16	19,93	56,36	351,54

A șaptea 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	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
<i>Alergeni: gluten, lactoză, ou soia</i>						
Total a șaptea zi			12,59	10,73	48,26	345,89

A opta zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Burgher cu pîrjoală de pui	200				
	- Chiflă cu semințe	1/80	6,48	0,8	39,04	193,6
	- Carne de pui	80	18,48	0,96	-	88,8
	- Ceapă	5	0,1	0,01	0,55	2,8
	- Ou	4	1,27	1,15	0,07	15,7
	- 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
<i>Alergeni: gluten, lactoză, susan, ou</i>						
Total a opta zi			30,74	9,38	65,43	478,57

A noua zi

Nr.	Denumirea bucatelor	Masa, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea calorică, kcal
Dejun						
1	Chiflă cu cașcaval	1/100				
	- Făină de grîuc/s	50	5,4	0,650	34,96	167,0
	- Zahăr	10	-	-	9,98	39,90
	- Ouă	14	1,78	1,62	0,1	21,98
	- Unt	6	0,04	4,36	0,08	39,66
	- Drojdie de panificație	2	-	-	-	-
	- Cașcaval	30	6,96	8,85	-	109,2
	- Sare	0,8	-	-	-	-
2	Fruct de sezon	1/200	0,2	-	24,0	96,0
<i>Alergeni: gluten, lactoză, ou, soia</i>						
Total a noua zi			14,8	15,48	69,12	473,74

A zecea 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 grîu c/s	50	2,7	0,33	17,48	83,5
	- Ulei de 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
<i>Alergeni: gluten, ou, soia</i>						
Total a zecea zi			21,81	9,81	61,91	422,95