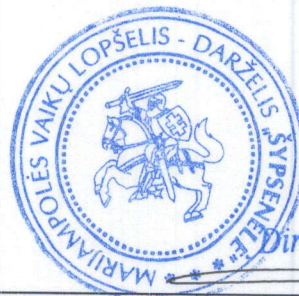


I savaitė
Pirmadienis



Tvirtinu:

Direktore

Aldona Stagnūnienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su pienu (2,5%)(tausojantis)	36	200	5,21	6,29	26,37	175,35
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu (45%) sūriu	5	25/5/20	7,20	0,90	12,00	84,60
Arbata (juodoji) nesaldinta	98	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	95	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Iš viso:			12,77	7,55	50,07	311,43

Pietūs 12.00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis(augalinis)(tausojantis)	90	150	4,23	3,33	18,47	120,74
Viso grūdo ruginė duona	2	30	2,20	0,50	12,80	64,60
Ryžių plovai su vištienos file(tausojantis)	67	140(85/55)	17,00	7,95	22,36	228,97
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu(augalinis)	70	90	1,15	8,77	5,05	103,70
Vanduo		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			24,58	20,55	58,68	518,01

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) su viso grūdo miltai (tausojantis)	44	200	23,97	11,90	38,03	356,73
Nesaldintas jogurtas (3,9%)	97	20	0,86	0,78	0,80	14,20
Nesaldinta arbata(vaisinė)	98	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			24,83	12,68	38,83	370,93
Iš viso (dienos davinio):			62,18	40,78	147,58	1200,37





1 savaitė
Antradienis

Tvirtinu:

Direktore

Pusryčiai 8.30 val.

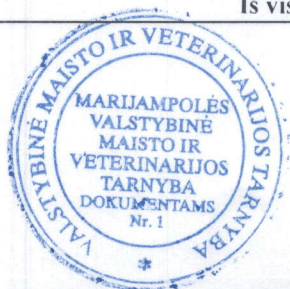
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų kruopų košė su pienu 2,5% (tausojantis)	27	200	6,48	6,85	24,95	215,45
Džiovintos spanguolės	96	15	0,05	0,02	12,90	51,92
Nesaldinta arbata	98	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	95	150	0,60	0,60	19,50	85,80
Iš viso:			7,13	7,47	57,35	353,17

Pietūs 12.00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis)(tausojantis)	13	150	4,46	1,93	18,72	110,07
Viso grūdo ruginė duona	2	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Kepti su garais jautienos kukulaičiai (tausojantis)	55	80	16,21	10,60	2,80	171,44
Bulvių košė (tausojantis)	49	100	2,44	0,98	18,44	88,01
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis)	91	100	0,74	8,13	2,64	86,68
Vanduo		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,33	21,96	51,16	499,24

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su bananu (apkepti orkaitėje)	40	180(120/60)	7,88	5,44	51,75	331,11
Nesaldintas jogurtas(3,9%)	97	20	0,86	0,78	0,80	14,20
Pienas 2,5%	94	200	6,80	5,00	9,80	112,00
Iš viso:			15,54	11,22	62,35	457,31
Iš viso (dienos davinio):			48,00	40,65	170,86	1309,72



I savaitė
Trečiadienis



Tvirtinu:

Direktore

Alona Stagniūnienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu 82%	29	200	6,82	5,29	33,50	212,14
Nesaldintas jogurtas(3,9%) su sezoniniais vaisiais, razinomis	104	100(60/40)	3,32	1,67	16,68	95,05
Nesaldinta arbata	98	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	95	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Iš viso:			10,62	7,44	65,78	375,83

Pietūs 12.00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	18	150	8,48	4,33	23,72	167,77
Nesaldintas jogurtas 3,9%	97	5	0,22	0,19	0,20	3,55
Viso grūdo ruginė duona	2	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Kiaulienos maltinukas(tausojantis)	6	80	16,67	7,54	4,49	152,64
Jogurtinis padažas (jogurtas 3,9%)	97	15	0,76	2,42	1,28	27,55
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)(tausojantis)	9	75	3,88	2,34	21,67	123,31
Pekino kopūstų,porų,pomidorų salotos(augalinis)(tausojantis)	73	90	0,90	4,77	4,77	65,70
Vanduo		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			32,39	21,91	64,69	583,56

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių piršteliai(tausojantis)	50	200	4,93	1,02	57,39	224,80
Varškės(9%) ir žolelių padažas	81	20	2,26	1,40	0,74	24,78
Kefyras 2,5%	93	200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			13,99	7,42	57,39	369,58
Iš viso (dienos davinio):			57,00	36,77	187,86	1328,97

