

3 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	7K-4-7	200 (153/44/3)	7,76	5,10	36,83	224,24
Ruginė duona (pilno grūdo) su sviestu (82%) ir pomidoru	7D	80 (42,4/5,6/32)	3,55	5,37	19,56	140,83
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,31	10,47	56,39	365,07

11. 3 savaitės pirmadienio priešpiečius į:

Priešpiečiai 9.30-10.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	4PP-001	100	5,00	3,00	5,00	67,00
Iš viso:			6,13	3,45	26,00	159,55

Pietūs 11.30-12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	10SR	150 (120/30)	2,46	4,30	17,60	118,92
Ruginė duona (pilno grūdo)	1D	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Kiaulienos - daržovių troškiny (tausojantis)	10AK-4-7	150 (83,5/66,5)	22,74	17,51	12,29	297,73
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	11SA-6-10	70 (62,81/7,19)	1,00	6,45	4,11	78,50
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	7SA	30	0,24	0,06	0,69	4,26
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Iš viso:			29,18	28,80	48,21	568,75

Iš viso (dienos davinio):	63,85	58,97	166,73	1453,09
---------------------------	-------	-------	--------	---------

Pusryčiai 8.00-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	2K-4-7	200 (192/8)	5,66	7,34	37,19	237,42
Ruginė duona (pilno grūdo) su sviestu (82%) ir virta dešra (a/r)	6D-002	62 (40/4,5/ 17,5)	6,55	6,63	17,79	157,03
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,21	13,97	54,98	394,45

