

2 savaitė  
Pirmadienis

Suderinta

**Pusryčiai 9.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                              | Patiekalo maistinė vertė, g |          |             |              |                  |                      |
|----------------------------------------------------|-----------------------------|----------|-------------|--------------|------------------|----------------------|
|                                                    | Rp. nr.                     | Išėiga   | baltymai,   | riebalai,    | angliavandeniai, | Energinė vertė kcal. |
| virtas kiaušinis su majonezu 34% (tausojantis)     | 16*Š                        | 40/10    | 5,04        | 7,93         | 1,13             | 96,2                 |
| žalieji žirneliai                                  | 48*Sal                      | 20       | 0,64        | 0,03         | 2,05             | 16,64                |
| Sumuštinis su juoda duona, sviestu 82% ir pomidoru | 16-1/3                      | 25/5/10  | 1.8         | 2.7          | 9.8              | 70.40                |
| Nesaldinta arbata (ramunėlių)                      | 17-1/2                      | 150      | 0           | 0            | 0                | 0                    |
| Sezoniniai vaisiai, daržovės, uogos                |                             | 130      | 0,5         | 0,5          | 16,9             | 74,4                 |
|                                                    |                             | Iš viso: | <b>7,98</b> | <b>11,16</b> | <b>29,88</b>     | <b>257,64</b>        |

**Pietūs 12.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                             | Rp.Nr.   | Patiekalo maistinė vertė, g |              |              |                  | Energinė vertė,kcal |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------|--------------|--------------|------------------|---------------------|
|                                                                                   |          | Išėiga                      | baltymai,    | riebalai,    | angliavandeniai, |                     |
| Daržovių sriuba su grietine 30% (augalinis, tausojantis)                          | Sr*12    | 150/5                       | 1,78         | 4,95         | 9,7              | 88,44               |
| Orkaitėje keptas vištienos filė kepsniukas kukurūzų miltų apvalkale (tausojantis) | K*31-1   | 75                          | 19,08        | 9,24         | 7,27             | 187,0               |
| Bir grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)            | 3-3/43AT | 50                          | 2,96         | 2,22         | 16,28            | 96,97               |
| Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis) | 2-1/18A  | 90                          | 0,67         | 7,31         | 2,38             | 78,01               |
| Viso grūdo duona                                                                  |          | 20                          | 1,5          | 0,3          | 8,55             | 43,05               |
| vanduo                                                                            |          | 150                         | 0            | 0            | 0                | 0                   |
|                                                                                   |          | Iš viso:                    | <b>25,99</b> | <b>24,02</b> | <b>44,18</b>     | <b>493,47</b>       |

**Pavakaria 16 val.**

| Patiekalo pavadinimas          | Rp.Nr.  | Patiekalo maistinė vertė,g |              |              |                  | Energinė vertė,kcal |
|--------------------------------|---------|----------------------------|--------------|--------------|------------------|---------------------|
|                                |         | Išėiga                     | baltymai,    | riebalai,    | angliavandeniai, |                     |
| kepti moliūgų blynai su kefyru | 4-6/124 | 150                        | 8.31         | 10.28        | 25.21            | 227.27              |
| Grūdėta varškė 9%              |         | 40                         | 4,8          | 2,8          | 1,1              | 48,7                |
| Sezoniniai vaisiai ir uogos    |         | 100                        | 0,5          | 0,5          | 16,9             | 74,4                |
| Pienas 2,5%                    |         | 100                        | 3,17         | 2,5          | 4,67             | 54,17               |
|                                |         | Iš viso:                   | <b>16,78</b> | <b>16,08</b> | <b>47,88</b>     | <b>404,54</b>       |
| Iš viso dienos davinio         |         |                            | <b>50,75</b> | <b>51,26</b> | <b>121,94</b>    | <b>1155,65</b>      |