

D. Kalesnikienė

2 savaitė
Antradienis

Suderinta

Pusryčiai 9.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė,g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/35AT	200	4,38	4,10	33,42	188,13
Plėšoma sūrio lazdelė		20	5,4	4,2	0,32	60,4
nesaldinta arbata čiobrelių	17-1/2	150	0	0	0	0
Vaisiai,uogos,daržovės		100	0,5	0,5	16,9	74,4
			10,28	8,8	50,64	322,93

Iš viso:

Pietūs 12.30 val

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė,g			Energinė
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba	16Sr.	150	3,55	3,26	14,27	91,44
Duona viso grūdo		20	1,5	0,3	8,55	43,05
Orkaitėje sūriu ir morkomis apkeptas natūralus kiaulienos kotletas	A*24	75	15,84	16,55	2,76	220,21
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	6-3/61AT	70	3,22	1,4	17,19	94,15
Šviežių daržovių rinkinukas (švieži agurkai, riikėliai)	S*001	25/25	0,48	0,08	1,56	7
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejiniu salotų padažu	Sal*56	50	0,66	3,1	1,27	33,9
Vanduo		150	0	0	0	0
	iš viso		25,25	24,69	45,6	489,75

Patiekalo pavadinimas	Rp.	Pavakariai 16.00 val				Energinė vertė,kcal
		Patiekalo maistinė vertė,g				
		Išeiga	baltymai,	riebalai,	angliavandeniai,	
			g	g	g	
Orkaitėje keptos bulvės (augalinis, tausojantis)	Gar*13	100	2,91	10,13	26,55	205,85
kefyras 2,5%		150	4,35	3,75	6	75
sezoniniai vaisiai, uogos daržovės		100	0,5	0,5	16,9	74,4
Nesaldinta arbata (melisų)	17-1/2	150	0	0	0	0
	iš viso:		7,76	14,38	49,45	355,25
Iš viso (dienos davinio):			43,29	47,87	145,69	1167,93

Ž. Bartaškienė