



Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				Baltymai		Riebalai		Angliavandeniai			
		1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.
Omletas (tausojantis)	91A	80	100	7,94	10,93	10,41	14,32	4,78	6,66	144,33	198,95
Šv.pomidorai	37S	40	40	0,4	0,4	0,08	0,08	1,64	1,64	6,8	6,8
Šv.agurkai	36S	40	40	0,32	0,32	0,08	0,08	0,92	0,92	4,4	4,4
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	40	2,96	2,96	0,64	0,64	17,06	17,06	86,08	86,08
Erškėtrožių arbata be cukraus	1G	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:				11,62	14,61	11,21	15,12	24,4	26,28	241,61	296,23

Vaisiai		200	200	1,52	1,52	0,6	0,6	27,88	27,88	112,0	112,0
---------	--	-----	-----	------	------	-----	-----	-------	-------	-------	-------

Burokėlių sr.su bulvėmis, pupelėmis (tausojančias, augalinis)	2Sr	100	150	1,79	2,69	2,16	3,23	9,10	13,64	58,29	87,44
Viso grūdo duona	1Š	40	40	2,96	2,96	0,32	0,32	8,53	8,53	86,08	86,08
Kepta paukštienos file (tausojančias)	30A	50	75	12,25	18,38	3,52	5,28	4,41	6,62	98,52	147,79
Ryžių kr.košė (augalinis)	5Ga	40	40	1,09	1,09	1,88	1,88	11,58	11,58	65,50	65,50
Kopūstų, pomidorų, morkų sal.su aliejumi	6S	100	100	1,36	1,36	5,19	5,19	6,19	6,19	68,97	68,97
Iš viso:				20,59	27,62	13,84	16,67	69,25	76,00	461,36	539,78

[illegible]



Ketvirta diena

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				Baltymai		Riebalai		Angliavandeniai			
		1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	95A	150	200	5,98	7,97	5,3	7,07	28,39	37,85	188,7	251,6
Bananai su trintomis braškėmis	6d	65/35	65/35	1,64	1,64	0,34	0,34	18,41	18,41	77.4	77,4
Pienas 2,5%		100	100	3,4	3,4	2,5	2,5	4,9	4,9	56,00	56,00
Iš viso:				11,02	13,01	8,14	9,91	51,7	61,16	322,1	385,00

10.00 val.

Vaisiai		200	200	1,52	1,52	0,6	0,6	27,88	27,88	112,0	112,0
---------	--	-----	-----	------	------	-----	-----	-------	-------	-------	-------

Pietūs 11.30 val.

Šv.kopūstų sr.su bulvėmis (tausojantis)	7Sr	100	150	0,95	1,43	2,12	3,18	5,77	8,66	42,85	64,28
Viso grūdo duona	1Š	20	20	1,48	1,48	0,32	0,32	8,53	8,53	43,04	43,04
Troškinta paukštiena (šlaunelės) (tausojantis)	29A	50/20	75/35	12,61	18,91	11,11	16,66	3,24	4,85	160,83	214,24
Virti lęšiai	14G	40	40	5,11	5,11	0,23	0,23	11,25	11,25	63,11	63,11
Agurkų, pomidorų, svogūnų salotos su aliejumi	35S	50	75	0,48	0,72	4,77	7,16	1,68	2,52	48,94	73,40
Iš viso:				21,39	28,41	18,85	27,85	44,41	49,75	414,77	541,07

Vakarienė 15.00 val.

Blyneliai su obuoliais (kvietiniai pilno grūdo miltai)	78A	100	150	7,53	11,29	8,18	12,27	35,71	53,57	239,89	359,84
Saldus jog. grietinės padažas	8P	20	30	0,38	0,57	1,02	1,53	7,66	11,49	39,88	59,82
Nesaldinta čiobrelų arbata	1G	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:				7,91	11,86	9,2	13,8	43,37	65,06	279,77	410,66
Iš viso (dienos davinio)				40,32	53,28	36,19	51,56	139,48	175,97	1016,64	1345,73



Penkta diena

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				Baltymai		Riebalai		Angliavandeniai			
		1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.	1-3m.	4-7m.
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	109A	150	200	5,88	7,84	5,90	7,86	24,00	32,00	175,50	234,00
Pienas 2,5%		150	150	5,10	5,10	3,75	3,75	7,35	7,35	84,00	84,00
Iš viso:				10,98	12,94	9,65	11,61	31,35	39,35	259,5	318,00

10.00 val.

Vaisiai		200	200	1,52	1,52	0,6	0,6	27,88	27,88	112,0	112,0
---------	--	-----	-----	------	------	-----	-----	-------	-------	-------	-------

Pietūs 11.30 val.

Agurkų sr.su perl. kruop.,griet.	12S	100	150	1,12	1,68	2,14	3,2	7,68	11,52	52,3	78,45
Viso grūdo duona	1š	20	20	1,48	1,48	0,32	0,32	8,53	8,53	43,04	43,04
Maltas žuvies kepsnys	39A	50	75	11,62	17,42	2,92	4,37	5,87	8,81	94,40	141,60
Bulvių košė	3G	40	50	0,93	1,17	1,53	1,91	6,59	8,24	43,41	54,27
Žied.kopūstų salotos su agurkais, porais, aliejus	45s	50	50	0,88	0,88	4,94	4,94	2,32	2,32	53,28	53,28
Šv. agurkai	36S	40	40	0,32	0,32	0,08	0,08	0,92	0,92	4,40	4,40
Iš viso:				18,59	25,19	12,55	15,44	54,38	62,81	389,87	474,08

Vakarienė 15.00 val.

Daržovių mišinio (žied.kop.,morkos, žirneliai)	59A	50/50	75/75	5,44	8,17	19,42	29,13	5,51	8,26	210,56	315,84
Kefyras		200	200	6,6	6,6	1,0	1,0	8,20	8,20	68,00	68,00
Iš viso:				12,04	14,77	20,42	30,13	13,71	16,46	278,56	383,64
Iš viso: (dienos davinio)				41,61	52,90	42,62	57,18	99,44	118,62	927,93	1175,62