

3 savaitė
Penktadienis



Nr. VVP-8513
2018-12-10

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška penkių javų kruopų košė (Tausojantis)	40A	180	7,0	3,4	28,8	173
Uogos (šviežios arba šaldytos)		30	0,4	0,0	2,4	11,0
Kakava su pienu	5G	200	4,2	4,8	15,7	122,8
Vaisiai		100	0,8	0,3	13,9	56,0
Iš viso:			12,4	8,5	60,8	363,2

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (Tausojantis)	13SR	150	2,1	3,2	17,1	105,5
Grietinė 30%		5	0,1	1,5	0,1	14,6
Juoda duona		35	1,8	0,3	16,3	75,4
Kiaulienos kotletai (Tausojantis)	38A	60	12,5	12,8	1,0	169,3
Bulvių košė su žaliais žirneliais (Tausojantis)	27A	80	1,6	3,0	9,0	69
Burokėlių salotos su svogūnais ir aliejumi (Augalinis)	3S	80	1,1	6,5	7,0	90,9
Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais arba žalumynais)	3G	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			19,3	27,3	50,5	524,6

Vakarienė 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (Tausojantis)	14SR	200	5,9	6,7	19,2	160,7
Sumuštinis su batonu ir varškės sūriu	1U	50	5,3	10,9	13,6	174,0
Nesaldinta arbatžolių arbata su citrina	4G	200	0,1	0,0	0,6	2,8
Iš viso:			11,2	17,6	33,5	337,4
Iš viso (dienos davinio):			42,9	53,4	144,7	1225,2

