

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė (tausojantis)	Kr001	150	7.84	2.20	40.42	212.79
Sviestas (82%) (košei)		3	0.02	2.46	0.02	22.31
Apelsinai (pjaustyti) košei		15	0.12	0.03	1.65	7.35
Kriaušės (pjaustytos arba kt.) košei		15	0.06	0.05	2.01	8.70
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.36	5.06	54.50	296.91

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Morkų sriuba su žirneliais ir salierais (tausojantis)	Sr033	100	1.21	3.62	7.81	68.48
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Natūralus kalakutienos maltinukas su tarkuotomis morkomis (tausojantis)	P027	70	15.67	6.38	1.71	126.90
Natūralaus jogurto padažas	Nr.145	10	0.24	2.90	0.31	28.30
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	80	3.36	0.83	18.48	94.80
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	40	0.51	2.07	2.58	30.96
Pjaustyti pomidorai (augalinis)		40	0.40	0.08	1.64	8.88
Stalo vanduo pagardintas agurkais	G009	100	0.04	0.01	0.12	0.73
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Iš viso:			22.95	17.67	43.35	423.93

Vakarienė 15:30 - 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės apkepas praturtintas avižų sėlenomis (tausojantis)	V011	140	20.09	13.99	21.82	293.55
Natūralus jogurtas		15	0.50	0.38	0.63	7.89
Avietės		15	0.18	0.09	1.92	9.21
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			20.77	14.46	24.37	310.65
Iš viso (dienos davinio):			52.08	37.19	122.22	1031.49