

**2 savaitė**  
**Antradienis**

L1

Tvirtinu: \_\_\_\_\_  
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	150	6.40	2.38	35.06	187.27
Sviestas (82%) (košei)		5	0.03	4.10	0.04	37.18
Vyšnios (be kauliukų) košei		15	0.12	0.12	4.44	19.32
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>6.95</b>	<b>7.00</b>	<b>52.54</b>	<b>300.97</b>

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis)	Sr002	100	0.96	1.52	7.59	47.80
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	K006	75	16.66	9.04	5.72	170.91
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2.27	2.93	16.68	102.10
Burokėlių salotos su špinatais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S013	50	0.95	2.10	5.43	44.56
Pjaustyti agurkai (augalinis)		40	0.32	0.08	0.96	5.84
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	100	0.06	0.03	0.64	3.07
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
<b>Iš viso:</b>			<b>22.74</b>	<b>17.48</b>	<b>47.72</b>	<b>439.16</b>

Vakarienė 15:30 - 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Spelta miltų sklindžiai su obuoliais	M003	120	7.43	11.53	39.68	292.24
Natūralus jogurtas (3,5%)		15	0.50	0.38	0.63	7.89
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	100	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>7.93</b>	<b>11.91</b>	<b>40.31</b>	<b>300.13</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>37.62</b>	<b>36.39</b>	<b>140.57</b>	<b>1040.26</b>