

## Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/34AT	150	7.15	5.75	25.61	182.66
Braškės (trintos, pjaustytos, kt.) košei		15	0.10	0.05	4.84	20.18
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>7.65</b>	<b>6.20</b>	<b>43.45</b>	<b>260.04</b>

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	100	1.62	1.57	12.43	70.22
Troškinta jautiena su grietinės padažu (tausojantis)	J001	90	10.52	9.51	1.78	134.83
Pilno grūdo virti makaronai (tausojantis)	Gr010	80	3.64	0.74	25.57	123.54
Tarkuotos morkos su obuoliais, saulėgražomis, citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A	70	0.62	0.80	7.92	41.44
Stalo vanduo pagardintas kriaušėmis	G009	100	0.02	0.02	0.67	2.90
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
<b>Iš viso:</b>			<b>17.82</b>	<b>12.92</b>	<b>58.91</b>	<b>423.21</b>

Vakarienė 15:30 - 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lietiniai blynai su varškės įdaru	M010.1	110	10.56	8.61	26.57	226.21
Natūralus jogurtas (3,5%)		10	0.33	0.25	0.42	5.26
Pienas 2.5%		100	3.40	2.50	4.90	55.70
Braškės		15	0.14	0.06	4.46	18.90
<b>Iš viso:</b>			<b>14.43</b>	<b>11.42</b>	<b>36.35</b>	<b>306.07</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39.90</b>	<b>30.54</b>	<b>138.71</b>	<b>989.32</b>