

## 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	200	9.53	7.65	34.14	243.53
Braškės (trintos, pjaustytos, kt.) košei		20	0.14	0.06	6.46	26.90
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>10.15</b>	<b>8.19</b>	<b>56.20</b>	<b>339.07</b>

Pietūs 11:35 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	2.43	2.35	18.63	105.33
Troškinta jautiena su grietinės padažu (tausojantis)	J001	110	12.84	11.63	2.19	164.79
Pilno grūdo virti makaronai (tausojantis)	Gr010	80	3.64	0.74	25.57	123.54
Tarkuotos morkos su obuoliais, saulėgrąžomis, citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A	100	0.89	1.15	11.31	59.19
Stalo vanduo pagardintas kriaušėmis	G009	150/7.50	0.03	0.02	1.01	4.35
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
<b>Iš viso:</b>			<b>21.23</b>	<b>16.17</b>	<b>69.25</b>	<b>507.48</b>

Vakarienė 15:35 - 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lietiniai blynai su varškės įdaru	M010.1	130	12.50	10.20	31.41	267.35
Natūralus jogurtas (3,5%)		30	0.99	0.75	1.26	15.79
Pienas 2.5%		150	5.10	3.75	7.35	83.55
Braškės		15	0.14	0.06	4.46	18.90
<b>Iš viso:</b>			<b>18.73</b>	<b>14.76</b>	<b>44.48</b>	<b>385.59</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>50.11</b>	<b>39.12</b>	<b>169.93</b>	<b>1232.14</b>