

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kr.košė su sviestu82%	91	150	4,92	5,60	32,04	187,04
Uogienė	15	20	0,06	-	14,18	54,20
Duonelė su sviestu(82%)		30/5	0,27	5,63	1,36	57,45
Arbata su citrina	G-5	100			5,37	21,38
Iš viso:			5,25	11,13	52,95	320,07

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis	Sr.2 4	100	1,36	3,31	10,36	85,32
Duona	Š1	20	1,73	0,26	10,69	52,00
Virti varškėtukai(varškė9%)	80	120	17,40	8,07	34,,67	275,0
Grietinės30%-sviesto82%padažas	6	0,15	0,26	7,88	0,34	73,14
			20,75	19,52	56,06	485,46

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos maltinis	1	70	14,65	1,25	1,45	85,96
Perlinių kr.košė	94	150	5,81	6,60	28,53	189,75
Švieži pomidora,švieži agurkai	G29	50	0,50	0,20	2,90	13,50
Vaisiai		100	0,40	-	9,90	40,50
Iš viso:			21,36			
				8,05	42,78	329,71
Iš viso (dienos davinio):			47,36	38,70	151,79	1135,24

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojanti)	88	80	7,78	11,09	4,95	148,27
Kons.kukurūzai,agurkai		40			1,40	6,40
Sezoniniai vaisiai uogos		100	0,40		9,90	40,50
Kakava su pienu2,5%	G-1	150	2,33	1,84	10,57	64,98
Viso grūdo duona su sviestu82%	S-1	30/5	0,15	4,13	1,21	42,85
			10,66	17,06	28,03	303,00

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sr.su mėsa	2	100	5,23	4,93	1,85	81,65
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Keptas „zuikis,,	19	60	13,48	6,26	3,09	123,00
Bulvių košė	2	50	1,12	1,89	8,10	53,38
Kopūstų salot.su šv.agurku ir pomidorais	21	50	0,41	4,81	1,40	47,54
Iš viso:			22,84	18,29	30,47	383,57

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su ryžiais(varškė9%)(tausoj.)	83	100	14,39	11,08	15,07	217,44
Grietinės(30%)	14	15	0,36	4,50	0,47	43,95
Šaldytos uogos(uogienė)	15	20	0,06	-	14,18	54,20
Nesaldi arbata	1	100				
Iš viso:					29,72	
			14,80	15,58		315,59
Iš viso (dienos davinio):			48,30	50,93	88,22	1002,16

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu(82%)uogiene	33/4 7T	150/5 /5	5,10	5,13	35,82	200,49
Sausainiai		20	1,18	0,33	9,73	44,80
Vaisinė arbata	G-1	100	-	-	7,50	29,62
Iš viso:			6,28	5,46	53,05	274,91

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis,tausojanti)	Sr15	100	3,31	4,51	10,00	97,62
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Žemaičių blynai su paukštiena	40	100	5,94	10,55	10,15	158,92
Grietinės30%-sviesto82%padažas	6	15	0,26	7,88	0,34	73,14
Iš viso:			12,54	23,34	36,53	407,68

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu82%	3/62 9T	120	4,88	6,58	33,40	216,37
Kons.agurkai,šv.agurkai, pomidorai		50	0,41	4,81	1,40	47,54
Vaisia		100	0,40		9,90	40,50
Iš viso:			5,69	11,39	44,70	304,41
Iš viso (dienos davinio):			24,08	40,19	134,28	987,00

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu(82%)(tausojojantis)	A15	150/5	4,85	5,07	24,21	157,50
Duonelė su sviestu(82%) ir fermentiniu sūriu(40%)	16-1/4	25/5/2	0,90	12,00	12,0	84,60
Sezoniniai vaisiai		50	0,30	-	5,42	20,25
Kmynų arbata	G1	100	0,45	0,33	6,11	27,24
Iš viso:			6,50	17,40	47,74	289,59

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su kiauliena	Sr5	150/8	2,65	4,06	8,20	73,60
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Plovas su paukštiena	3	100/5	19,28	9,66	28,61	270,17
Švieži pomidorai, agurkai	G29	75	0,75	0,3	4,35	20,25
Iš viso:			25,28	14,42	57,20	442,02

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelės su varške		60	7,51	4,12	21,90	170,82
Kakava su pienu	G-5	150	2,33	1,84	10,57	64,98
Vaisiai		50	0,30		5,42	20,25
Iš viso:			10,14	5,96	37,89	256,05
Iš viso (dienos davinio):			41,92	37,78	142,83	987,66

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	A15	150	6,47	5,17	27,93	124,08
Duona su sviestu(82%)	S-1	20/5	1,22	4,13	11,08	93,15
Sūrio lazdelės (40%)	Nr.7 5	25	6,50	5,25	0,50	75,25
Vaisiai		50	0,30		5,42	20,25
Arbata	G1	100				
Iš viso:			14,49	14,55	44,93	312,72

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba(augalinė,tausojanti)	Nr1 5	100	0,51	4,24	3,80	54,57
Duona	Š1	20	2,60	0,40	16,04	52,00
Kepta žuvies filė(tausojanti)	A29	55	16,00	5,07	4,55	127,57
Biri grikių košė	10	50	3,02	4,86	16,50	120,09
Virti burokėliai su tyru alyvuogių aliejumi,kons.agurkai	1	45	0,82	6,09	4,92	58,87
Iš viso:			22,95	20,66	52,19	413,10

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis		73	60,78	25,78	1,54	250,50
Duona	S-1	30	,15	4,13	1,21	42,85
Švieži pomidora,švieži agurkai	G29	50	0,50	0,20	2,90	13,50
Nesaldi arbata		100				
Iš viso:			125,78	30,11	5,65	306,85
Iš viso (dienos davinio):			163,22	65,32	102,77	1032,67

