



Pirma savaitė

Anykščių lopšelis – darželis „Eglutė“

Patiekalo, pavadinimas Sudėtis, nurodant produktų pavadinimą ir kieki.	Paruošto patiekalo bendra masė	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	Energetinė vertė, kcal.
PUSRYČIAI					
1. Juoda duona su sviestu, kiaušinis	40/8/1	7,20	31,32	20,27	204,20
2. Arbata	150	0,20	-	10,05	38,49
3. Sausainiai	40	3,00	4,72	20,76	166,80
Viso		10,40	36,04	60,08	409,49
PIETŪS					
1. Bulviinė sriuba su grietine	150/5	2,61	3,25	16,06	113,69
2. Duona	30	1,68	0,33	12,99	59,70
3. Plovas.	170	16,41	16,28	33,03	336,03
4. Agurkų salotos	40	0,25	-	1,00	5,00
5. Sultys	100	0,40	-	17,78	68,60
Viso		21,35	19,86	80,86	583,02
VAKARIENĖ					
1. Makaronai su varške, sviestu	170	14,06	7,97	31,51	270,26
2. Arbata	150	0,2	-	10,05	38,49
3. Keptas obuolys	80	0,32	0,08	12,84	54,95
Viso		14,58	8,05	54,40	363,70
Dienos davinio vertė		46,33	63,95	195,34	1356,21

 Audronė
 Utenos visuomenės sveikatos centro
 Anykščių skyriaus vedėja
 Danguolė Sudaikienė



Pirma savaitė

Anykščių lopšelis – darželis „Eglutė“

Direktorė
Jolanta Šaučiūnienė



Patickalo, pavadinimas Sudėtis, nurodant produktų pavadinimą ir kiekį.	Paruošto patickalo bendra masė	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	Energetinė vertė, kcal.
PUSRYČIAI					
1. Daržovių troškinys su duona	150/30	7,84	10,04	28,14	225,54
2. Kakava	150	2,92	2,90	14,30	91,26
3. Sausainiai	30	1,25	2,54	18,32	85,20
Viso		12,01	15,48	60,76	402,00
PIETŪS					
1. Pieniška perlinių kruopų sriuba	150	5,47	3,66	16,13	111,03
2. Šnicelis	75	13,98	15,64	9,44	301,54
3. Bulvių koše	100	2,14	3,13	17,80	98,00
4. Žalių daržovių salotos	50	0,62	1,00	2,33	29,56
5. Sultys	100	0,21	-	11,45	44,28
Viso		22,42	22,43	57,15	584,41
VAKARIENĖ					
1. Lietiniai su uogiene	100/15	7,42	10,37	47,01	300,31
2. Arbata	150	0,20	-	10,05	38,49
3. Vaisius	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso		8,02	10,77	70,06	391,80
Dienos davinio vertė		42,45	48,68	189,31	1378,21

Auditorė:
Užsienio visuomenės sveikatos centras
Anykščių skyriaus vadovė
Danguolė Sudeikienė



Pirma savaitė
Anykščių lopšelis – darželis „Eglutė“

Direktorė
Jolanta Šaučiūnienė



Patiekalo, pavadinimas Sudėtis, nurodant produktų pavadinimą ir kiekį.	Paruošto patiekalo bendra masė	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	Energetinė vertė, kcal.
PUSRYČIAI					
1. Manų košė su nogiene	180/13	6,86	7,8	45,56	268,34
2. Arbata su pienu	150	2,3	1,87	13,57	76,49
3. Batonas su sviestu lydytu sūriu	30/5/15	6,49	8,25	15,53	165,54
Viso		15,65	17,92	74,66	510,37
PIETŪS					
1. Žirnių-perlinių kruopų sriuba	150/5	6,68	2,46	18,95	120,24
2. Duona	30	1,68	0,33	12,99	59,70
3. Žuvies maltinis su bulvėmis, padažu.	60/8/90	11,63	13,23	20,11	241,11
4. Burkėlių salotos	40	0,68	0,8	4,2	26
5. Sultys	100	0,4	-	17,78	68,60
Viso		20,14	16,82	65,83	515,65
VAKARIENĖ					
1. Bulviniai krocketai su sviesto-grietinės padažu	150/23	7,91	7,57	58,57	329,43
2. Arbata ,vaisius	150/100	1,00	0,20	10,05	81,49
Viso		8,91	7,77	68,62	410,92
Dienos davinio vertė		44,70	42,51	209,11	1436,94

Aurolinta

Utenos visuomenės sveikatos centras
Anykščių skyriaus vedėja
Danguolė Sudeikienė



Pirma savaitė

Anykščių lopšelis – darželis „Eglutė“

Dirktorė
Jolanta Šaučiūnienė



Patiekalo, pavadinimas Sudėtis, nurodant produktų pavadinimą ir kiekį.	Paruošto patiekalo bendra masė	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	Energetinė vertė, kcal.
PUSRYČIAI					
1. Ryžių košė su sviestu.	150/3	5,63	5,00	31,50	198,00
2. Uogienė	11	0,03	-	8,20	31,02
3. Arbata	150	0,2	-	10,05	38,49
4. Vaisius	100	0,40	0,40	13,00	53,00
5. Sausainiai	30	1,25	2,54	18,32	85,20
Viso		7,51	7,94	81,07	405,71
PIETŪS					
1. Pieniška makaronų sriuba	150/2	4,51	4,93	15,74	121,90
2. Pūkučiai	60	7,15	19,30	9,36	246,12
3. Miežinių kruopų košė.	80	4,20	1,68	27,50	133,20
4. Šviežių kopūstų salotos	40	0,60	2,02	2,47	30,18
5. Sultys	100	0,4	-	17,78	68,60
Viso		16,86	27,93	72,85	600,00
VAKARIENĖ					
1. Varškės apkepas su sviesto-grietinės padažu	150/20	19,16	17,34	20,02	417,23
2. Arbata	150	0,20	-	10,05	38,49
Viso		19,36	17,34	30,07	455,72
Dienos davinio vertė		43,73	53,21	183,99	1461,43

Asulėvintė

Ulenos visuomenės sveikatos centro
Anykščių skyriaus vedėja
Danguolė Sudeikienė



Patiekalų pavadinimas Sudėtis, nurodant produktų pavadinimą ir kiekį.	Paruošto patiekalo bendra masė	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	Energetinė vertė kcal.
PUSRYČIAI					
1. Grikių kruopų košė su sviestu.	150/4	5,26	5,67	29,80	184,03
2. Arbata	150	0,2	-	10,05	38,49
3. Batonas su sviestu, sūriu	40/5/15	5,62	7,08	20,90	172,9
Viso		11,08	12,75	60,75	395,42
PIETŪS					
1. Kopūstų sriuba	150	3,79	6,34	20,06	106,42
2. Duona	30	1,65	0,25	17,43	68,95
3. Guliašas su padažu ,bulvėmis	140/90	16,41	16,28	33,03	366,03
4. Raugintų agurkų sal.	40	1,99	-	0,94	13,68
5. Sultys	100	0,4	-	17,78	68,60
Viso		24,24	22,87	89,24	623,68
VAKARIENĖ					
1. Keptos bulvės	200	3,90	5,90	43,51	234,00
2. Kefyras ,vaisius	180/100	6,10	6,60	19,20	161,00
Viso		10,00	12,50	51,71	395,00
Dienos davinio vertė		45,32	48,12	201,70	1414,10