

Direktoriė
 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. Makaronų košė	150/5	5,75	5,47	36,14	207,90
2. Uogienė	15	0,04	-	11,19	42,30
3. Arbata	200	0,2	-	15,04	57,19
4. Sausainiai	40	3,00	4,72	29,76	166,80
Viso		8,99	10,19	92,13	474,19
PIETŪS					
1. Žalių daržovių sriuba su žirneliais	200	1,87	6,08	10,97	99,51
2. Duona	30	8,66	1,12	0,22	59,70
3. Maltinis su padažu	80/10	13,11	23,48	5,55	284,79
4. Miežinių kruopų košė	80	5,07	1,69	27,45	138,30
5. Morkų sal.	50	0,69	6,78	3,80	75,16
6. Sulčių gėrimas	150	0,40	-	21,26	81,52
Viso		29,80	39,15	69,25	728,98
VAKARIENĖ					
1. Švilpikai	200/30	10,58	10,13	78,42	441,05
2. Jogurtas	150	10	3	21,33	106,66
Viso		20,58	13,13	99,75	547,71
Dienos davinio vertė		59,37	62,47	261,13	1750,88

Sudėrinta
 Utenos visuomenės sveikatos centro
 Anykščių skyriaus vedėja
 Danguolė Sudėikienė


Trečia 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. Sausi pusryčiai	45	3,07	2,64	24,00	180,00
2. Pienas	110	3,10	2,78	5,22	56,60
3. Vaisinė arbata	200	0,49	0,44	13,48	55,39
4. Batonas su sviestu dešra	45/7/20	6,19	10,82	23,31	220,25
Viso		12,85	16,68	66,01	512,24
PIETŪS					
1. Pieniška pupelių sriuba.	200	7,65	5,32	26,66	159,29
2. Balandėliai su padažu	108/50	11,93	24,92	15,33	316,27
3. Bulvės	120	2,68	0,13	24,52	108,54
4. Kompotas	150	0,47	0,13	21,40	83,68
Viso		22,73	30,50	87,91	667,78
VAKARIENĖ					
1. Skryliai su sviesto ir grietinės padažu	160/15	15,03	11,63	75,90	382,43
2. Arbata su pienu ,vaisius	200/100	3,28	3,52	17,24	112,86
Viso		18,31	15,15	93,14	495,29
Dienos davinio vertė		53,89	62,33	247,06	1675,31

Sudeikienė
Ulenos visuomenės sveikatos centro
Anykščių skyriaus vedėja
Danguolė Sudeikienė



Trečia 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. Daržovių troškiny su dešra	200	6,44	13,60	13,44	198,04
2. Duona	40	3,04	0,36	19,88	90,40
3. Arbata su pienu	200	3,00	2,50	19,74	108,19
4. Sumuštinis su medum	50/10	3,56	0,76	28,67	136,80
Viso		16,04	17,22	81,73	533,43
PIETŪS					
1. Burokėlių sriuba .	200	1,68	4,84	11,95	85,48
2. Duona	40	3,04	0,36	19,88	90,40
3. Koldūnai su sviestu ir grietine	200/10	21,52	26,01	47,93	497,23
4. Sultys	150	0,65	-	18,52	97,50
Viso		26,89	31,22	98,28	770,61
VAKARIENĖ					
1. Perlinių kruopų košė su sviestu	200/8	7,21	9,86	37,41	257,60
2. Pienas	200	5,88	6,72	9,87	121,80
3. Vaisius	100	0,76	0,30	13,00	56,00
Viso		13,85	16,88	60,28	435,40
Dienos davinio vertė		56,78	65,32	240,29	1739,44

Auderintė
Utenos visuomenės sveikatos centro
Anykščių skyriaus vedėja
Danguolė Sudeikienė



Trečia 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. Grikių kruopų košė su sviestu	160/6	6,97	9,60	39,50	248,29
2. Vaisinė arbata	200	0,20	-	15,04	61,18
3. Sausainiai	50	3,75	5,90	30,20	200,50
Viso		10,67	16,50	84,74	509,97
PIETŪS					
1. Pieniška leistinukų sriuba	200	6,27	4,03	12,67	114,38
2. Žuvies maltinis su bulvėmis, daržovių salotos	65/100/1 0	27,00	19,68	30,10	385,38
3. Sultys	150	0,65	-	18,52	97,50
4. Vaisius	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso		34,32	24,11	74,29	650,26
VAKARIENĖ					
1. Varškės apkepas su padažu	150/20	17,16	17,34	20,02	417,23
2. Arbata	200	0,20	-	15,04	57,18
Viso		17,36	17,34	35,06	474,42
Dienos davinio vertė		62,35	57,95	194,09	1634,65

Suolerinta
Utenos visuomenės sveikatos centro
Anykščių skyriaus vedėja
Danguolė Sudeikienė



Trečia savaitė

Anykščių lopšelis – darželis „Eglutė“

Direktorė
Jolanta Šaučiūnienė



Patiekalo, pavadinimas Sudėtis, nurodant produktų pavadinimą ir kiekį.	Paruošto patiekalo bendra masė	Angliavandeniai g.	Baltymai g.	Riebalai g.	Energetinė vertė, kcal.
PUSRYČIAI					
1. Miežinių kruopų košė su sviestu	180/7	32.23	6.46	8.16	220.19
2. Arbata su pienu	200	19.74	3.00	2.50	108.19
3. Duona su sviestu ir kiaušiniu	40/8/20	20.13	4.56	8.28	171.42
Viso		72,10	14,02	18,94	499,80
PIETŪS					
1. Paukštienos sultinys su ryžiais.	200	16.82	3.45	3.20	105.24
2. Duona	30	8.66	1.12	0.22	59.70
3. Paukštiena su daržovių troškiniu ir padažu	55/140/20	20.92	21.46	28.00	443.38
4. Kompotas	150	17.71	0.19	-	67.82
Viso		64.11	26.22	28.42	676.14
VAKARIENĖ					
1. Mieliniai blynėliai su cukrumi arba uogiene.	150/5 -15	70.94	11.90	14.20	455.69
2. Arbata	200	15.04	0.20	-	57.19
3. Vaisius	100	11.00	0.80	0.20	43.00
Viso		96,98	12,90	14,20	555,88
Dienos davinio vertė		233,19	53,14	61,56	1731,82

Audovintė

Ulenos visuomenės sveikatos centro
Anykščių skyriaus vedėja
Danguolė Sudeikienė

