

Antra savaitė
Ketvirta diena

Tvirtinti
Direktorė 2017 09 01
Jolanta Šaučiūnienė
J. Šaučiūnienė

	SVORIS (g.)		BALTYMAI (g.)		RIEBALAI (G.)		ANGLIAVANDENIAI (g.)		KOLORINGUMAS (kcal.)	
	L.	D.	L.	D.	L.	D.	L.	D.	L.	D.
PUSRYČIAI										
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis	150	200	6,32	8,42	4,14	5,52	28,29	37,72	165,42	220,56
Sviesto padažu	5	10	0,04	0,07	4,13	8,26	0,04	0,08	37,20	74,40
Kmyną arbata	200	200	0,59	0,59	0,44	0,44	16,47	16,47	69,24	69,24
Iš viso:			6,95	9,08	8,71	13,78	44,80	54,27	271,86	364,20
PIETŪS										
Ankštinių daržovių sriuba su pupelėmis, bulvėmis	150	200	3,54	4,72	3,25	4,34	14,27	19,03	91,44	121,92
Duona	40	40	2,96	2,96	0,52	0,52	20,52	20,52	86,80	86,80
Kepsnys „Svogūnelis“	60	80	11,80	15,73	10,89	14,53	4,33	5,77	161,50	215,33
Bulvių košė	40	50	0,90	1,13	1,52	1,89	6,48	8,09	42,70	53,38
Kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi	50	100	0,47	0,47	4,83	4,83	4,31	4,31	58,98	58,98
Kompotas	150	150	0,32	0,32	0,18	0,18	14,62	14,62	57,26	57,26
Iš viso:			20,75	26,09	21,49	26,59	78,47	86,28	554,68	649,67
VAKARIENĖ										
Mažylių blynai	100	150	6,89	10,32	8,17	12,26	27,25	40,88	207,42	311,12
Grietinės padažas	15	15	0,27	0,27	2,88	2,88	0,80	0,80	30,14	30,14
Kakava su pienu	150	150	3,63	3,63	2,76	2,76	16,68	16,68	103,00	103,00
Iš viso:			10,79	14,22	13,81	17,90	44,73	58,36	340,56	444,26
Vaisius	100	100	0,76	0,76	0,30	0,30	13,94	13,94	56,00	56,00
Dienos davinio vertė			38,80	49,67	43,72	54,29	169,02	199,89	1170,09	1423,92