

Pirma savaitė
Penkta diena

2017 09 01
Direktoriė
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 miežinių kruopų košė	150	200	6,01	8,01	5,40	7,20	27,37	36,49	176,16	234,88
Grietinės padažas	15	20	0,27	0,35	2,88	3,84	0,80	1,06	30,14	40,19
Pienas 2,5%	150	150	5,10	5,10	3,75	3,75	7,35	7,35	84,00	84,00
Iš viso:			11,38	13,46	12,03	14,79	35,52	44,90	290,30	359,07
PIETŪS										
Žiedinių kopūstų sriuba	150	200	1,46	1,94	4,26	5,67	8,20	10,94	72,13	96,17
Dūona (balta)	45	45	2,39	2,39	0,36	0,36	24,39	24,39	103,95	103,95
Troškinta paukštiena (kalakutiena)	50/20	60/40	13,78	16,78	8,79	11,54	1,78	3,39	139,85	182,07
Biri ryžių kruopų košė	40	50	1,03	1,29	1,60	1,99	11,07	13,84	60,43	75,54
Morkų-obuolių-porų salotos su grietine	50	60	0,630,76	3,11	3,73	4,23	5,08	44,40	53,28	
Šaldytų uogų kompotas	200	200	0,42	0,42	0,24	0,24	19,49	19,49	76,35	76,35
Iš viso:			20,47	24,34	18,66	23,83	83,10	91,07	553,11	643,36
VAKARIENĖ										
Kroketai	150	200	4,30	5,73	8,88	11,84	40,70	54,27	255,46	340,62
Pieno padažas	30	30	1,29	1,29	2,76	2,76	3,87	3,87	45,31	45,31
Arbata	150	150					11,23	11,23	44,44	44,44
Iš viso:			5,59	7,02	11,64	14,60	55,80	69,37	345,21	430,37
Vaisius	100	100	0,76	0,76	0,30	0,30	13,94	13,94	56,00	56,00
Dienos davinio vertė			37,44	44,82	42,33	53,22	174,42	205,34	1188,62	1432,80