

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	62/2	250/7	10,19	4,69	75,87	366,32
Trintos uogos	13-1/2	40	0,40	0,24	6,88	28,30
Arbata be cukraus	105/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4,16	5,04	0,12	58,00
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	180	1,35	0,15	17,55	70,50
<b>Iš viso:</b>			16,10	10,12	100,42	523,12

**Priešpiečiai 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	4-50/1	150/5	7,18	6,55	27,36	194,10
Trintos uogos	13-1/2	40	0,40	0,24	6,88	28,30
Arbata su citrina	16	200	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			7,60	6,80	34,42	222,98

**Pietūs 13.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltųjų pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	71/0	150	7,33	3,27	27,49	164,34
Grietinė (30 % rie.)	13-8/7	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	16-1/3	30	2,04	0,33	15,60	74,70
Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	4-27/1	240/60	13,08	3,45	60,26	308,78
Natūralus jogurtas	13-22/1	70	2,20	1,95	2,35	36,00
Švž.agurkų ir pomidorų salotos su grietine 30% rie.	2-23/1	100/10	1,14	3,22	4,74	50,54
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/2	200	0,27	0,03	3,51	14,10
<b>Iš viso:</b>			26,18	13,75	114,11	663,11

**Vakarienė 17.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti varškėčiai	6/5	150	24,94	17,45	33,42	394,52
Grietinė (30 % rie.)	13-8/1	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Trintos uogos	13-1/2	40	0,40	0,24	6,88	28,30
Arbata be cukraus	105/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			25,82	23,69	40,92	481,42
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>75,70</b>	<b>54,35</b>	<b>289,87</b>	<b>1890,63</b>