

11-... m.  
1 savaitė  
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė Vida Lesauskienė

**Pietūs**

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)	71/2	150	4,59	3,19	19,48	121,55
Viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
<b>Iš viso:</b>			<b>7,31</b>	<b>3,63</b>	<b>40,28</b>	<b>221,15</b>

**I karštas patiekals**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas baltos jūrinės žuvies maltinis (tausojantis)	8-19	100	20,49	5,11	5,54	153,82
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-10	100/5	2,77	4,83	20,93	133,55
Virtų burokėlių, kons. žirnelių ir mar. agurkų salotos su citrinų aliejaus užpilu	3.14-59	120/12	2,65	4,14	12,70	92,82
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>25,92</b>	<b>14,09</b>	<b>39,36</b>	<b>380,76</b>

**II karštas patiekals**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti varškėčiai	6-28/18	140	26,46	16,50	39,83	417,58
Trintos uogos	13-22/5	25	0,20	0,09	6,13	24,82
Grietinė (30 % rieb.)	13-8/1	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>27,16</b>	<b>22,59</b>	<b>46,76</b>	<b>501,58</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>60,39</b>	<b>40,30</b>	<b>126,40</b>	<b>1103,50</b>

Maisto technologė - Dietistė  
Teresa Ramanauskienė