trečiadienis

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pusryčiai val.** | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | **riebalai, g** | **angliavandeniai, g** |
| Kakava su pienu | 6g | 200 | 2,60 | 3,00 | 20,96 | 127,20 |
| bandelė | 5k | 50 | 4,08 | 8,12 | 29,41 | 201,91 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pietūs val.\*** | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | **Energinė\*vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | **riebalai, g** | **angliavandeniai, g** | |
| Žirnių sriuba | 15s | | 250 | | 6,05 | | 5,55 | 23,66 | | 155,78 | |
| Skanusis vištienos maltinis | 35a | | 75 | | 13,33 | | 22,77 | 5,38 | | 277,40 | |
| Skanusis vištienos maltinis | 35a | | 100 | | 17,77 | | 30,36 | 7,17 | | 369,87 | |
| Bulvių košė | 1g | | 100 | | 2,06 | | 0,10 | 18,85 | | 83,43 | |
| Vištienos kepsnys | 31g | | 100 | | 23,77 | | 14,39 | 7,70 | | 253,60 | |
| befstrogenas | 7a | | 100/60 | | 32,37 | | 27,53 | 8,56 | | 406,02 | |
| Burokėlių salotos | 1s | | 100 | | 1,37 | | 3,20 | 6,28 | | 104,41 | |
| Šv, daržovių salotos | 32s | | 100 | | 3,27 | | 7,77 | 10,70 | | 121,74 | |
| Obuolių kompotas | 9g | | 200 | | 1,19 | | 0,26 | 33,72 | | 132,35 | |
| pomidorai | 12g | | 100 | | 2,96 | | 3,76 | 6,78 | | 73,23 | |
|  |  | |  | |  | |  |  | |  | |
| naminiaii blynai | 67a | | 200 | | 15,88 | | 36,34 | 75,99 | | 683,46 | |
|  |  | |  | |  | |  |  | |  | |
| **Pavakariai val.** | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | |
|  | |  |  |  | |  | | |  | |  | |
|  | |  |  |  | |  | | |  | |  | |
|  | |  |  |  | |  | | |  | |  | |
|  | |  |  |  | |  | | |  | |  | |
|  | | | |  | |  | | |  | |  | |