

Klaipėdos „Universa Via“ Tarptautinė mokykla
Baltikalnio g.11, Klaipėda

Mokinių maitinimą organizuoja UAB „Bono grupė“,
Direktorius Povilas Jankauskas, Naikupės 14, Klaipėda, tel. 8 69465235

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
4-7 METŲ AMŽIAUS

Maitinimo laikas
Nuo 10:30 iki 15:00val.

Tvirtina:
Klaipėdos „Universa Via“ Tarptautinė mokykla
Direktorė:



Tvirtina:
UAB „Bono Grupė“
Direktorius Povilas Jankauskas



PIRMA SAVAITĒ, pirmadienis

1

Pietūs

val.

AB/2018

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išgaiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	6Sr	150	1,15	3,18	5,13	48,45
Duona (juoda)	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Kiaulienos- daržovių - ryžių maltinis (tausojantis)	62A	100	30,00	17,86	9,45	315,03
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	1GAR	100	2,14	0,13	19,14	85,20
Marinuoti agurkai (augalinis)	36S	25	0,20	0,50	0,58	2,75
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	25	0,26	2,45	2,60	30,19
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			35,23	24,38	47,16	524,66

Vakarienė

val.

AB/2018

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išgaiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Makaronai kietųjų kviečių (tausojantis)	66A	150	12,96	11,83	38,15	313,46
Grietinės padažas	1P	20	0,42	3,82	1,29	42,12
Iš viso (dienos davinio):			35,65	28,20	48,45	880,24

PIRMA SAVAITĒ, antradienis

2

Pietūs

val.

AB/2018

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išgaiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis - tausojantis)	17Sr	150	6,07	5,50	24,36	155,95
Duona (juoda)	1Š	10	7,45	0,13	5,11	21,52
Kiaulienos kepsniukai (tausojantis)	10A	82,5	20,34	14,26	1,67	214,53
Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	7Gar	50	3,07	2,76	16,78	102,33
Kopūstų salotos su agurkais, konservuotais kukurūzais, porais, ir aliejaus padažu(augalinis)	3S	50	0,84	2,62	3,38	36,91
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			37,77	25,27	51,30	531,24

Vakarienė

val.

AB/2018

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išgaiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Blynėliai	73A	150	11,43	9,12	51,27	328,65
Uogienė	19P	15	0,06	0,00	7,90	27,10
Iš viso:			11,49	9,12	59,17	355,75
Iš viso (dienos davinio):			49,26	34,39	110,47	886,99

PIRMA SAVAITĒ, trečiadienis

3

Pietūs

val.

AB/2018

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išgaiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Rugštynių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	1Sr	150	2,36	5,24	17,79	120,82
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	10	7,45	0,13	5,11	21,52
Troškintos vištienos blauzdelės mėsa (tausojantis)	29A	75	18,91	16,66	4,85	241,24
Kietųjų kviečių makaronai (augalinis- tausojantis)	8GAR	50	2,05	0,50	14,40	68,21
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	25	0,27	2,84	2,84	38,26
Daržovių salotos su kmynais ir aliejaus padažu (augalinis)	31S	25	0,33	2,71	1,65	34,03
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			31,71	28,58	48,79	530,08

Vakarienė

val.

AB/2018

			Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
--	--	--	------------------------------	--	--	----------

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga (g)	baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	vertė, kcal
Varškės morkų, avinžirnių paplotėliai	113A	150	16,77	15,74	36,11	347,92
Grietinė 30%	17P	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Iš viso:			17,01	18,74	36,42	377,22
Iš viso (dienos davinio):			48,72	47,32	85,21	907,30

PIRMA SAVAITĖ, ketvirtadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Agurkų - perlinių kruopų sriuba (augalinis - tausojantis)	12SR	150	2,81	5,34	19,21	130,75
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	100	15,05	10,36	16,46	220,87
Morkų salotos su česnakais (augalinis, tausojantis)	11S	100	1,06	9,54	8,95	115,85
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			21,47	26,65	66,12	550,51

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Lietiniai su mėsa	77A	100/50	20,56	12,89	35,73	336,54
Jogurtinė grietinė	1P	20	0,69	2,00	0,84	0,24
Iš viso:			21,25	14,89	36,57	336,78
Iš viso (dienos davinio):			42,72	41,54	102,69	887,29

PIRMA SAVAITĖ, penktadienis

Pietūs val. 1-as variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis) arba	13Sr	150	2,51	5,26	16,05	114,45
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Maltas žuvis kepsnys (Tausojantis)	42A	75	15,01	17,51	8,81	249,05
Perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	6Gar	50	1,65	2,31	12,55	73,84
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	17S	25	0,39	1,17	2,65	20,50
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	6S	25	0,34	1,30	1,55	17,25
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			22,11	28,46	60,96	552,13

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Virtos dešrelės	36A	100	7,18	26,39	0,94	287,04
Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	7Gar	50	3,07	2,76	16,78	102,33
Agurkai (augalinis)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Melisų arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,65	29,25	18,87	394,87
Iš viso (dienos davinio):			32,76	57,71	79,83	947,00

ANTRA SAVAITĖ, pirmadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis	2Sr	150	4,48	5,39	22,74	145,73
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Paukštienos troškinys su ryžiais (plovos)	3A	100/75	26,85	8,97	20,88	263,74
Marinuoti agurkai (augalinis)	38GR	75	0,23	0,15	1,73	7,75

Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			33,77	15,42	64,70	494,26

vakariinė		AB/2018	Išiga (g)			maistinė vertė (g)			Energinė
Patiekalo pavadinimas		Rp.Nr.	Išiga (g)			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	Energinė
Mieliniai blynėliai su obuoliais		72A	100/20			8,28	10,14	36,55	262,88
Uogienė		19P	30			0,09	0,00	21,27	81,30
Iš viso:						8,37	10,14	57,82	344,18
Iš viso (dienos davinio):						42,14	25,56	122,52	838,44

ANTRA SAVAITĖ, antradienis		7							
Pietūs val.		AB/2018							

Patiekalo pavadinimas		Rp.Nr.	Išiga (g)			maistinė vertė (g)			Energinė
						baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	Energinė
Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)		17Sr	150			2,74	5,23	16,31	113,95
Grietinė jogurtinė 10%		17P	10			0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)		1Š	20			1,49	0,26	10,21	43,04
Malti kiaulienos voleliai su morkomis (tausojantis)		24A	75/15			10,84	9,20	13,60	174,32
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)		8Gar	50			0,36	2,35	1,42	83,16
Saotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika) aliejaus padažas		5S	50			0,75	4,95	3,03	55,26
Geriamas vanduo			200			0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai			50			0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:						16,90	22,64	53,71	503,73

Vakariinė val.		AB/2018							
Patiekalo pavadinimas		Rp.Nr.	Išiga (g)			maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
						baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	Energinė
Blynėliai su varške		30A	100/50			18,15	12,14	36,72	326,38
Grietinė jogurtinė 10%		17P	15			0,51	1,50	0,63	18,00
Nesaldinta juodoji arbata		1G	200			0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:						18,66	13,64	37,35	344,38
Iš viso (dienos davinio):						35,56	36,28	91,06	848,11

ANTRA SAVAITĖ, trečiadienis		8							
Pietūs val.		AB/2018							
Patiekalo pavadinimas		Rp.Nr.	Išiga (g)			maistinė vertė (g)			Energinė
						baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	Energinė
Bulvių, makaronų sriuba su mėsos kukuliais		9Sr	150			1,88	5,31	14,43	107,13
Duona (juoda)		1Š	10			7,45	0,13	5,11	21,52
Tarkuotų Bulvių plokštainis su vištiena		44A	112,5/37			17,07	20,08	27,70	355,35
Grietinė jogurtinė 10%		17P	10			0,34	0,50	2,15	6,00
Burokėlių salotos su ž. Žirneliais		18S	25			0,39	1,17	2,65	20,50
Geriamas vanduo			200			0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		1K	50			0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:						27,51	27,34	59,03	538,50

Vakariinė val.		AB/2018							
Patiekalo pavadinimas		Rp.Nr.	Išiga (g)			maistinė vertė (g)			Energinė
						baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	Energinė
Kepti varškėčiai su morkomis (varškė 9%)		84A	150/20			21,48	16,96	22,77	325,55
Grietinė 30%		17P	20			0,48	6,00	0,62	58,60
Iš viso:						21,96	22,96	23,39	384,15
Iš viso (dienos davinio):						49,47	50,30	82,42	922,65

ANTRA SAVAITĖ, ketvirtadienis		9							
Pietūs val.		AB/2018							
Patiekalo pavadinimas		Rp.Nr.	Išiga (g)			Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
						baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	Energinė
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis		15SR	150			2,02	5,36	18,21	123,55
Grietinė jogurtinė 10%		17P	10			0,34	0,50	2,15	6,00

Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Kiaulienos kumpinės troškiny su troškintais šv. kopūstais (tausojantis)	6A	75/75	22,66	14,75	7,53	245,32
Ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	5Gar	50	1,36	2,36	12,45	81,86
Morkų, obuolių ir porų salotos su jogurto padažu	14S	50	0,88	0,23	4,56	20,30
Agurkai (augalinis)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			29,15	23,56	56,26	525,57

Vakarienė	val.	AB/2018				
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Omletas (tausojantis)	91A	120	11,94	15,63	7,32	217,39
Duona (juoda)	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Burokėlių salotos su ž. Žirneliais (augalinis)	18S	50	0,78	2,34	5,29	41,90
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,68	18,61	29,67	345,37
Iš viso (dienos davinio):			44,83	42,17	85,93	870,94

ANTRA SAVAITĖ, penktadienis		10				
Pietūs	val.	AB/2018				
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	11Sr	150	2,45	5,69	9,87	97,30
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Žuvies maltas kepsnys (šamo) (Tausojantis)	37A	75	19,58	11,00	1,26	203,60
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	7Gar	50	3,65	2,76	16,65	102,37
Pekininiai kopūstai su agurkais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	54S	25	0,35	2,45	1,00	26,15
Marinuoti burokėliai (augalinis)	15S	25	0,39	1,17	2,65	20,50
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			28,63	23,98	50,78	526,96

Vakarienė	val.	AB/2018				
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Manų kruopų košė	95A	200	7,97	7,07	37,85	251,80
Uogienė	19P	30	0,09	0,00	21,27	81,30
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,06	7,07	59,12	333,10
Iš viso (dienos davinio):			36,69	31,05	109,90	860,06

TREČIA SAVAITĖ PIRMADIENIS		11				
Pietūs	val.	AB/2018				
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis - tausojantis)	17Sr	150	1,99	4,26	10,47	85,20
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	75	15,98	10,53	8,71	191,16
Perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	6Gar	50	1,66	2,31	12,56	78,40
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	25	0,27	2,84	2,83	36,28
Daržovių salotos su kmynais ir aliejaus padažu (augalinis)	31S	25	0,33	2,91	1,65	34,03
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00

Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			22,44	23,76	55,57	502,11

Vakariinė val.		AB/2018	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)				Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Lietiniai	73A	150	11,43	96,12	51,27	328,65
Grietinė 30%	17P	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Iš viso:			11,91	102,12	51,89	387,25
Iš viso (dienos davinio):			34,35	125,88	107,46	889,36

TREČIA SAVAITĖ ANTRADIENIS		12				
Pietūs val.		AB/2018				

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	vertė, kcal
Žiedinių kopūstų sriuba(augalinis) (tausojantis)	20Sr	150	2,44	5,29	14,04	105,45
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Troškinta kalakutiena su grikiais (plovas)	45A	50/50	16,15	10,67	15,37	217,61
Marinuoti agurkai (auglinis)	38S	25	0,23	2,45	2,60	30,19
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	50	0,35	2,45	1,05	26,17
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			21,38	21,77	52,41	456,46

Vakariinė val.		AB/2018				
----------------	--	---------	--	--	--	--

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	vertė, kcal
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	87A	150	21,73	16,67	19,23	314,37
Grietinė 30%	17P	30	0,72	4,00	1,68	48,00
Iš viso (dienos davinio):			21,38	21,77	52,41	818,83

TREČIA SAVAITĖ TREČIADIENIS		13				
Pietūs val.		AB/2018				

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Lęšių perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	16Sr	150	6,81	5,57	24,01	161,72
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	10	7,45	0,13	5,11	21,52
Kiaulienos maltinukai(tausojantis)	28A	75	13,75	10,28	14,01	201,26
Makaronai kietųjų kviečių (tausojantis)	8Gar	50	2,90	2,65	14,54	81,98
Burokėlių salotos (augalinis)	17S	25	0,39	1,17	2,65	20,50
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	6S	25	0,34	1,29	1,54	17,24
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			32,36	21,74	71,00	538,22

Vakariinė val.		AB/2018				
----------------	--	---------	--	--	--	--

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Mieliniai blynėliai	72A	150	12,31	15,51	54,72	330,58
Uogienė	19P	15	0,05	0,00	10,64	40,65
Kakava su pienu be cukraus	4G	150	3,18	2,51	5,03	51,45
Iš viso:			12,36	15,51	65,36	371,23
Iš viso (dienos davinio):			44,72	37,25	136,35	909,45

TREČIA SAVAITĖ KETVIRTADIENIS		14				
Pietūs val. 1-as variantas		AB/2018				

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	vertė, kcal
Burokėlių sriuba su kopūstais ir pupelėmis(augalinis) (tausojantis)	3Sr	150	3,94	5,39	15,72	113,72

Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Virtų bulvių ir varškės kukuliai(tausojantis)	57A	150/30	11,57	9,64	25,34	244,95
Grietinė jogurtinė 10%	17P	15	0,51	1,50	0,63	18,00
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	60	0,54	5,78	5,85	72,47
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			18,77	23,22	66,89	526,18

Vakarienė	val.	AB/2018				
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Blynėliai su mėsa	77A	100/50	20,56	12,89	35,73	336,54
Grietinė jogurtinė 10%	17P	15	0,51	1,50	0,63	18,00
Iš viso:			21,07	14,39	36,36	354,54
Iš viso (dienos davinio):			39,84	37,61	103,25	880,72

TREČIA SAVAITĖ PENKTADIENIS

Pietūs	val.	AB/2018				
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	10Sr	150	3,66	9,66	17,02	167,78
Grietinė jogurtinė 10%	17P	10	0,34	0,50	2,15	6,00
Duona (juoda)	1Š	20	1,49	0,26	10,21	43,04
Lydekės maltas kepsnys (tausojantis)	39A	75	15,40	8,91	8,19	174,05
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	50	2,45	2,65	14,56	82,12
Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais su aliejaus padažu (augalinis)	4S	25	3,65	1,39	2,01	38,29
Marinuoti agurkai (auglinis)	38S	25	0,07	0,05	0,55	3,30
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		50	0,38	0,15	6,99	28,00
Iš viso:			27,44	23,57	61,68	542,58

Vakarienė	val.	AB/2018				
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė
			baltymai (g)	riebalai (g)	angliavandeniai (g)	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	150	20,60	10,12	33,53	302,83
Grietinė jogurtinė 10%	17P	30	1,02	3,00	1,26	36,00
Nesaldinta juodoji arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			21,62	13,12	34,79	338,83
Iš viso (dienos davinio):			49,06	36,69	96,47	881,41

[Handwritten signature]