

2 savaitė Penktadienis 6 - 10 metų amžiaus
2019-09-13

Pietūs							
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal	Kaina eur
			altymai,	riebalai, g	angliavandeniai, g		
Ork kepti maltos žuvis kotletai (Tausojantis)	21A	50	10,072	8,21	5,007	110,73	0,6
Grietinės padažas	3P	20	0,36	3,84	3,872	40,19	0,06
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejum	2S	50	0,87	4,3	5,2	42,17	0,05
Kopustų, morkų, obuolių, salotos su alyv aliejum	5S	50	5,025	2,615	4,012	41,52	0,05
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi	7Gar	50	1,715	1,81	13,12	15,77	0,02
Vanduo		0,51					0,35
Vaisiai . Obuolys		150					0,12
Vaisiai.bananas		230	3,04	1,2	55,76	224	0,27
		Iš viso:	21,08	21,98	86,97	474,38	1,52

Pietūs							
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal	Kaina eur
			altymai,	riebalai, g	angliavandeniai, g		
Barščių sriuba su bulvėmis(Augalinis)	4Sr	125	1,112	2,59	8,75	60,07	0,06
Grietinė		3	0,132	0,9	0,093	8,79	
Žuvis kepsnys(Jūros lydekos file)	38A	75	14,72	9,82	3,38	159,65	0,59
Morkų svogūnų pad. su ciberžole	2P	20	0,254	1,434	1,876	21,44	0,04
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejum	2S	50	0,87	4,3	5,2	42,17	0,05
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi	7Gar	50	1,715	1,81	13,12	15,77	0,02
Vanduo		0,51					0,35
Vaisiai. Bananas		340	1,52	0,6	27,88	112	0,41
		Iš viso:	20,32	21,45	60,30	419,89	1,52

Pietūs							
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal	Kaina eur
			altymai,	riebalai, g	angliavandeniai, g		
Kepti varškėčiai	23A	75	12,57	13,19	1,042	203,485	0,24
Grietinė		10	0,24	3	0,47	43,95	
Arbata be cukraus	1G	200					0,01
		Iš viso:	12,81	16,19	1,51	247,44	0,25

Pietūs							
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal	Kaina eur
			altymai,	riebalai, g	angliavandeniai, g		
Žuvis kepsnys(Jūros lydekos file)	38A	75	14,72	9,82	3,38	159,65	0,59
Morkų svogūnų pad. su ciberžole	2P	20	0,254	1,434	1,876	21,44	0,04
Kopustų, morkų, obuolių, salotos su alyv aliejum	5S	50	5,025	2,615	4,012	41,52	0,05
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejum	2S	50	0,87	4,3	5,2	42,17	0,05
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi	7Gar	50	1,715	1,81	13,12	15,77	0,02
		Iš viso:	22,58	19,98	27,59	280,55	0,75