

6-10 Metų amžiaus vaikams

1 SAVAITĖ
PENKTADIENIS

PIETŪS 10-45-11-45

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis (T,A)	17 Sr	150	3,83	6,26	14,7	124,07
Grietinė 30%	17P	10	0,24	3	0,31	29,3
Kukurūzų trapučiai(GL)	1 Š	30	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas žuvies kepsnys(jūrinė lydeka)(Ž,K,GL)	42A	75	15,4	8,91	8,19	174,05
Biri ryžių kruopų košė(GL)	103G	100	2,53	0,68	27,42	120,31
Morkų,obuolių ir porų salotos(A)	14Sa	50	0,87	0,23	4,57	23,3
Vaisiai		200	1,52	0	27,88	112
Kakava su pienu(P)	4G	200	3,18	2,51	5,03	51,45
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa(kiaulienos kumpinė)	47A	200				
Kiaulienos kepsnys(nugarinė)	9A	100				
Varškės apkepas (P,K,GL)	85A	150				
Iš viso:			30,53	22,23	105,16	720,56