

6-10 METŲ AMŽIAUS VAIKAMS

2 SAVAITĖ
KETVIRTADIENIS

PIETŪS 10-45-11-45

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir bulvėmis(T,A)	4 Sr	150	1,39	3,14	10,21	70,94
Grietinė 30%(P)	17P	10	0,24	3	0,31	29,3
Duona(GL)	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Žuvies kepsnys(Jūrinė lydeka,filė(T)	38A	75	14,51	5,99	4,05	130,27
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	20,3
Arbata su citrina	2 Gėr.	150	0,04	0,02	7,97	31,25
Sūrio lazdelės ,,Miau,,40%(P)	1Š	2./20	10,8	8,4	0,64	120,8
Lašišos didkepsnis(pjausn.)T,Ž	38A	100				
Mieliniai blynai(P,K,GL)	72A	150				
Virtų bulvių blynai su mėsa(kiaulienos kumpinė)(K,GL)	53A	200				
Paukštienos kepinukai	32A	100				
Iš viso:			33,34	22,1	72,23	609,25