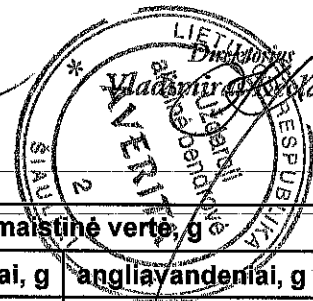


3 savaitė  
Pirmadienis



Šiaulių sporto gimnazijos  
direktorė

Irma Abromaitienė



**Pusryčiai 7.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įvairių kruopų (kviečiai, rugiai, miežiai, žirniai) košė (tausojantis)	108A	300g	17,64	4,83	56,88	321,81
Uogienė	19P	50g	0,15	0,00	35,45	135,50
Viso grūdo ruginė duona su sviestu, fermentiniu sūriu	3Š	40/10/10g	11,33	15,30	17,16	251,28
Arbata be cukraus		200g				
<b>Iš viso:</b>			<b>29,12</b>	<b>20,13</b>	<b>109,49</b>	<b>708,59</b>

**Priešpiečiai Sriubos 10.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	5,71	6,18	22,16	161,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
<b>Iš viso:</b>			<b>11,63</b>	<b>7,46</b>	<b>56,28</b>	<b>334,11</b>

**Pietūs 11.30 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptas vištienos file kepsnys (tausojantis)	30A	200g	49,00	14,08	17,64	394,10
Sviestas	18P	15g	0,11	12,39	0,12	111,60
Biri ryžių kruopų košė	Nr.24	150g	3,93	1,07	41,56	183,12
Kopūstų salotos su pomidorais, morkomis ir aliejaus padažu	6S	200g	2,72	10,38	12,38	137,94
Vanduo su citrina		200g	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>55,76</b>	<b>37,92</b>	<b>71,70</b>	<b>828,93</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
Bandelė su obuoliais	8K	75g	5,17	9,92	40,15	259,17
Geriamas vanduo		0,5l				
<b>Iš viso:</b>			<b>6,69</b>	<b>10,52</b>	<b>68,03</b>	<b>371,17</b>

**Vakarienė 19.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai	Nr.82	300g	41,20	20,23	67,06	605,67
Jogurtinė grietinė 10 %	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Kefyro kokteilis 0,4%		300g	9,00	1,20	29,70	168,00
<b>Iš viso:</b>			<b>51,56</b>	<b>25,43</b>	<b>98,44</b>	<b>821,67</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>154,76</b>	<b>101,46</b>	<b>403,94</b>	<b>3064,47</b>

3 savaitė  
Antradienis



Šiaulių sporto gimnazijos

direktorė

Irma Abramaitienė



Pusryčiai 7.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų (tausojantis)	98A	300g	9,84	11,19	58,11	362,22
Uogienė	19P	60g	0,18	0,00	42,54	162,60
Viso grūdo ruginė duona su sviestu ir varškės sūriu 13%	4Š	40/10/20g	7,05	11,50	17,86	203,08
Kakava su pienu	4G	200g	4,24	3,35	6,70	68,60
<b>Iš viso:</b>			<b>21,31</b>	<b>26,04</b>	<b>125,21</b>	<b>796,50</b>

Priešpiečiai Sriubos 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	6Sr	250g	1,92	5,31	8,56	80,75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
<b>Iš viso:</b>			<b>7,84</b>	<b>6,59</b>	<b>42,68</b>	<b>252,91</b>

Pietūs 11.30 val.\*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos maltinukai	Nr.28	300g	36,66	27,40	37,36	536,68
Biri grikių kruopų košė	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais ir aliejaus padažu	2S	200g	2,90	10,40	9,86	130,04
Vanduo su citrina		200g	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>45,69</b>	<b>43,31</b>	<b>80,77</b>	<b>873,54</b>

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
Vaisių ir riešutų užkandis		60g	4,80	7,80	39,60	240,00
Geriamas vanduo		0,5l				
<b>Iš viso:</b>			<b>6,32</b>	<b>8,40</b>	<b>67,48</b>	<b>352,00</b>

Vakarienė 19.00 val.

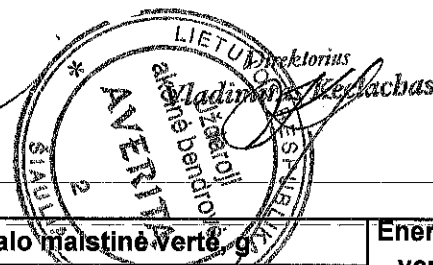
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	81A	150/150g	33,30	9,84	66,30	474,60
Jogurtinė grietinė 10 %	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Jogurtas su persikais 2,5%		125g	3,38	3,13	16,38	108,75
Kepti obuoliai įdaryti varške	9D	100g	7,42	4,59	14,72	126,66
<b>Iš viso:</b>			<b>45,80</b>	<b>22,56</b>	<b>99,50</b>	<b>770,01</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>126,96</b>	<b>106,90</b>	<b>415,64</b>	<b>3044,96</b>

3 savaitė  
Trečiadienis



Šiaulių sporto gimnazijos

direktoriė  
Irena Abramaitė



Pusryčiai 7.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta viso grūdo avižinių dripsnių košė (tausojantis)	110A	300g	14,76	14,73	52,71	389,10
Uogienė	19P	50g	0,15	0,00	35,45	135,50
Ekologiškas jogurtas 3,2%		300g	10,80	9,60	36,90	279,00
<b>Iš viso:</b>			<b>25,71</b>	<b>24,33</b>	<b>125,06</b>	<b>803,60</b>

Priešpiečiai Sribos 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su mėsos (kiauliena) kukulaičiais	24Sr	250g	1,63	9,52	9,27	124,07
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
<b>Iš viso:</b>			<b>7,55</b>	<b>10,80</b>	<b>43,39</b>	<b>296,23</b>

Pietūs 11.30 val.\*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	83A	250g	42,93	26,79	41,41	573,75
Saldus grietinės padažas	8P	40g	0,55	6,12	15,90	118,22
Brokolių salotos su paukštiena	8P	100g	8,21	9,89	5,57	137,62
Vanduo su citrina		200g	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>51,69</b>	<b>42,80</b>	<b>62,88</b>	<b>831,76</b>

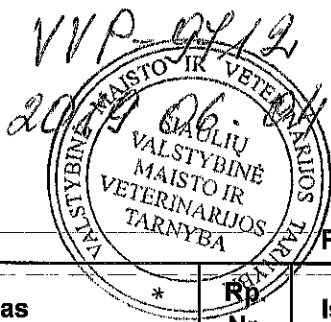
Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
Bandelė su cinamonu	3K	50g	4,33	10,74	29,43	225,13
Geriamas vanduo		0,5l				
<b>Iš viso:</b>			<b>5,85</b>	<b>11,34</b>	<b>57,31</b>	<b>337,13</b>

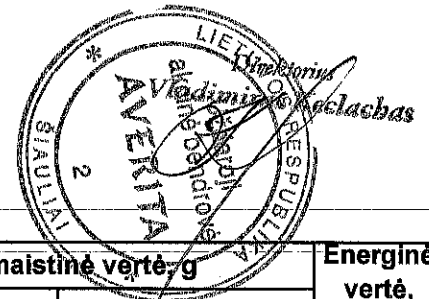
Vakarienė 19.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškiny su kalakutiena ir avinžirniais	Nr4	100/100	35,09	17,02	23,83	383,78
Daržovių padažas	15P	40g	0,85	4,09	3,49	56,04
Varškės sūrelis "Dobilas"		80g	10,40	6,00	14,64	156,00
Obuolių kompotas	9G	200g	0,23	0,20	11,11	44,05
<b>Iš viso:</b>			<b>46,34</b>	<b>27,31</b>	<b>53,07</b>	<b>639,87</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>137,14</b>	<b>116,58</b>	<b>341,71</b>	<b>2908,59</b>

3 savaitė  
Ketvirtadienis



Šiaulių sporto gimnazijos  
direktorė  
Irena Abramaitienė



Pusryčiai 7.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omlėtas (tausojantis)	91A	200g	19,88	26,04	12,10	361,72
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
Žalių žirnelių salotos su nasaldintu jogurto padažu	49S	150g	7,19	0,60	19,82	89,18
Kefyro kokteilis 0,4% su bananais ir braškėmis		300g	9,00	1,20	30,60	171,00
<b>Iš viso:</b>			<b>41,99</b>	<b>29,12</b>	<b>96,64</b>	<b>794,06</b>

Priešpiečiai Sriubos 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	17Sr	250g	6,07	5,50	24,36	155,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
<b>Iš viso:</b>			<b>11,99</b>	<b>6,78</b>	<b>58,48</b>	<b>328,11</b>

Pietūs 11.30 val.\*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys	9A	200g	53,76	36,42	17,10	611,34
Bulvių košė su pienu	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Šviežių daržovių salotos su saulėgražomis ir aliejaus padažu (augalinis)	8S	150g	4,29	23,45	13,40	267,41
Vanduo su citrina		200g	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>60,44</b>	<b>63,72</b>	<b>47,61</b>	<b>989,45</b>

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
Varškės sūrelis "Dobilas" 7,5 %		80g	10,40	6,00	14,64	156,00
Geriamas vanduo		0,5l				
<b>Iš viso:</b>			<b>11,92</b>	<b>6,60</b>	<b>27,88</b>	<b>268,00</b>

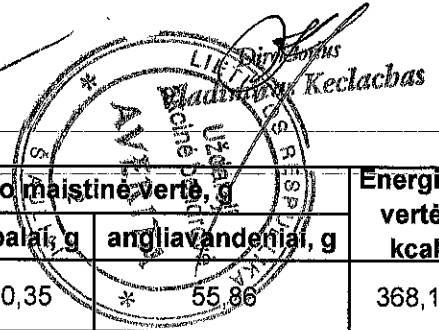
Vakarienė 19.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti makaronai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	74A	100/100g	36,69	26,01	25,24	487,72
Natūralus pomidorų padažas	8P	20g	0,78	0,10	4,74	22,00
Ekologiškas jogurtas 3,1%		300g	10,50	9,30	40,50	288,00
Kakava su pienu be cukraus	4G	200g	4,24	3,35	6,70	68,60
<b>Iš viso:</b>			<b>52,21</b>	<b>38,76</b>	<b>77,18</b>	<b>866,32</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>178,55</b>	<b>144,98</b>	<b>307,79</b>	<b>3245,94</b>

3 savaitė  
Penktadienis



Šiaulių sporto gimnazijos  
direktorė  
Irena Abromaitienė



**Pusryčiai 7.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kviečių kruopų dribsnių košė (tausojantis)	112A	300g	12,93	10,35	55,86*	368,16
Uogienė	19P	50g	0,15	0,00	35,45	135,50
Virti kiaušiniai	12	40g	4,92	4,68	0,28	62,80
Majonezas		20g	0,17	4,55	1,19	46,76
Kefyro kokteilis 0,4% su bananais ir braškėmis		300g	9,00	1,20	30,60	171,00
<b>Iš viso:</b>			<b>27,17</b>	<b>20,78</b>	<b>123,38</b>	<b>784,22</b>

**Priešpiečiai Sriubos 10.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rugštynių sriuba su bulvėmis, grietine (tausojantis)	10Sr	250/10/10g	3,66	9,61	17,02	162,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
<b>Iš viso:</b>			<b>9,58</b>	<b>10,89</b>	<b>51,14</b>	<b>334,93</b>

**Pietūs 11.30 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta telapijų file su daržovėmis (daržovių asorti) (tausojantis)	39A	125/125g	33,58	25,43	13,95	410,45
Bulvių košė su pienu	Nr.104	100	3,39	4,76	25,41	150,70
Salotos su pekiniais kopūstais, pomidorais ir aliejaus padažu	Nr.24	150	2,04	14,64	6,93	160,97
Marinuoti agurkai	Nr.38	50	0,15	0,10	1,15	5,50
<b>Iš viso:</b>			<b>39,16</b>	<b>44,93</b>	<b>47,44</b>	<b>727,62</b>

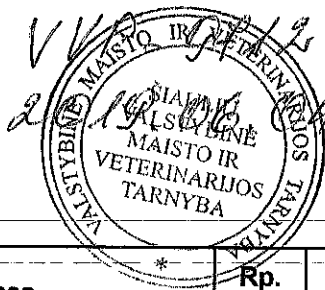
**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		300g	2,28	0,9	41,82	168
Varškės desertas su žele gabaliukais		100g	8,50	7,00	21,60	184,00
Geriamas vanduo		0,5l				
<b>Iš viso:</b>			<b>10,78</b>	<b>7,90</b>	<b>63,42</b>	<b>352,00</b>

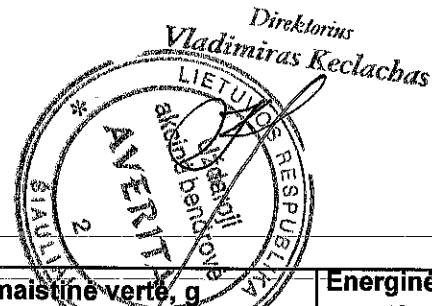
**Vakarienė 19.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai	Nr.82	300g	41,20	20,23	67,06	605,67
Jogurtinė grietinė	17P	30g	1,02	3,00	1,26	36,00
Apkeptas sumuštinis su sūriu	Nr.9	80/20g	8,50	14,31	6,89	190,95
<b>Iš viso:</b>			<b>50,72</b>	<b>37,54</b>	<b>75,21</b>	<b>832,62</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>137,41</b>	<b>122,04</b>	<b>360,59</b>	<b>3031,39</b>

3 savaitė  
Šeštadienis



Šiaulių sporto gimnazijos  
direktorė  
*Sudovaitė*  
Irena Abromaitienė



Pusryčiai 7.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūrų dripsnių košė (tausojantis)	110A	300g	11,43	10,92	69,72	430,89
Uogienė	19P	50g	0,15	0,00	35,45	135,50
Traputis su medumi	8Š	20/30g	1,77	0,48	40,91	171,00
Ekologiškas jogurtas 3,1%		125g	11,38	3,88	17,00	121,25
<b>Iš viso:</b>			<b>24,73</b>	<b>15,28</b>	<b>163,08</b>	<b>858,64</b>

Priešpiečiai Sriubos 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis ir grietine (tausojantis)	11Sr	250/10/10g	4,08	9,49	16,45	162,17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
<b>Iš viso:</b>			<b>10,00</b>	<b>10,77</b>	<b>50,57</b>	<b>334,33</b>

Pietūs 11.30 val.\*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos troškiny su pomidorų padažu	8A	150/90	48,62	40,35	14,07	603,39
Virti makaronai	8Gar	100g	4,19	4,13	29,09	173,55
Morkų salotos su česnakų ir aliejaus padažu	11S	100g	1,06	9,54	8,96	115,85
Vanduo su citrina		200g	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>53,92</b>	<b>54,05</b>	<b>52,76</b>	<b>894,96</b>

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		250g	1,9	0,75	34,82	140
Pik Nik plėšomos sūrio dešrelės		40g	10,24	8,16	0,76	117,60
Geriamas vanduo		0,5l				
<b>Iš viso:</b>			<b>12,14</b>	<b>8,91</b>	<b>35,58</b>	<b>257,60</b>

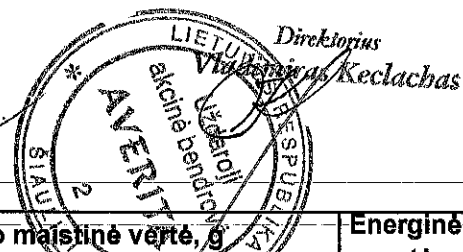
Vakarienė 19.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su bananais	79A	200g	15,43	16,32	76,14	499,15
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40g	0,75	2,04	15,32	79,76
Apkeptas sumuštinis su sūriu	Nr.9	80/40g	8,50	14,31	6,89	190,95
Arbata su citrina		200g	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>24,68</b>	<b>32,67</b>	<b>98,35</b>	<b>772,03</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>125,47</b>	<b>121,68</b>	<b>400,34</b>	<b>3117,56</b>

3 savaitė  
Sekmadienis



Šiaulių sporto gimnazijos  
direktorė  
*Sudėvita*  
Irena Abromaitienė



**Pusryčiai 7.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su daržovėmis (daržovių asorti) (tausojantis)	94A	200/63g	22,20	26,26	19,84	393,88
Pomidorai	37S	100g	1,00	0,20	4,10	17,00
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
Varškės sūrelis "Dobilas" 7,5%		80g	10,40	6,00	14,64	156,00
<b>Iš viso:</b>			<b>39,52</b>	<b>33,74</b>	<b>72,70</b>	<b>739,04</b>

**Priešpiečiai Sriubos 10.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lešių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis)	16Sr	250g	6,81	5,75	24,01	161,72
Viso grūdo ruginė duona	1Š	80g	5,92	1,28	34,12	172,16
<b>Iš viso:</b>			<b>12,73</b>	<b>7,03</b>	<b>58,13</b>	<b>333,88</b>

**Pietūs 11.30 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos kepsnys	Nr.34	200g	49,34	20,52	19,02	456,96
Biri rudų nešlifuoatų ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais, kopūstais, porais ir aliejaus padažu	24S	150g	2,75	14,82	8,16	162,92
Vanduo su citrina		200g	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>54,81</b>	<b>40,04</b>	<b>56,13</b>	<b>785,81</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
Vaisių ir riešutų užkandis		60g	4,80	7,80	39,60	240,00
Geriamas vanduo		0,5l				
<b>Iš viso:</b>			<b>6,32</b>	<b>8,40</b>	<b>67,48</b>	<b>352,00</b>

**Vakarienė 19.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (tausojantis)	89A	250g	30,00	16,73	50,80	475,33
Grietinė 30 %	17P	40g	0,96	12,00	1,24	117,20
Bandelė su dešrele		50g	4,73	11,98	20,09	200,80
Arbata su citrina		200g	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>35,69</b>	<b>40,71</b>	<b>72,13</b>	<b>794,78</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>149,07</b>	<b>129,92</b>	<b>326,57</b>	<b>3005,51</b>