

(parašas)

(parašas)

SOC. REMTINŲ VAIKŲ SAVAITINIS PIETŲ VALGIARAŠTIS

20 ____ m. ____ mėn. ____ d.

PIRMADIENIS

Eil. Nr.	Pavadinimas	Išėiga	Išėiga	Kcal	Kcal
	Kolietės (kiaulienė)	80 gr.		273,86	
	Kvietinys kr. košė	180 gr.		284,46	
	Spinatų, pomidorų sal. su sv. bei čiais ir jog.	30 gr.		7,60	
	Burokėlių sal. su apelsiniais ir aliej.	60 gr.		60,32	
	Geniamas vanduo	200 gr.	*	0,00	
	Obuoliai	150 gr.		79,50	
				VISO:	687,74

ANTRADIENIS

Eil. Nr.	Pavadinimas	Išėiga	Išėiga	Kcal	Kcal
	Agurkinė mūša	150 gr.		63,42	
	Duona	60 gr.		94,89	
	Keičeks lyd. kolietės trošk. pad.	80/40 gr.		159,10	
	Pupelių košė	150 gr.		220,32	
	Lietinys kop. pomid. ir porų sal. su aliej.	30 gr.		34,17	
	Kopūstų, morkų ir og. sal. su aliej.	60 gr.		81,12	
	Geniamas vanduo	200 gr.		0,00	
	Apelsinai	100 gr.		43,00	
				VISO:	689,74

TREČIADIENIS

Eil. Nr.	Pavadinimas	Išėiga	Išėiga	Kcal	Kcal
	Maltės milt. žirnelis	80 gr.		340,16	
	Grikis košė	150 gr.		144,15	
	Burokėlių sal. su aliej.	50 gr.		35,14	
	Pekino kop. sal. su agurkais	40 gr.		27,38	
	Kečupas	200 gr.		104,00	
	Obuoliai	150 gr.		79,50	
				VISO:	710,33

KETVIRTADIENIS

Eil. Nr.	Pavadinimas	Išėiga	Išėiga	Kcal	Kcal
	Spinatų mūša su beč.	150 gr.		52,19	
	Duona	60 gr.		94,89	
	Nintės virtienos maltinis	80 gr.		221,19	
	Miešinių kr. košė	160 gr.		199,18	
	Nintų šaliejį žirneliai	40 gr.		37,44	
	Salienų morkų, obuolių, porų sal. su jog.	50 gr.		20,05	
	Geniamas vanduo	200 gr.		0,00	
	Apelsinai	100 gr.		43,00	
				VISO:	667,84

PENKTADIENIS

Eil. Nr.	Pavadinimas	Išėiga	Išėiga	Kcal	Kcal
	Pupelių mūša	150 gr.		79,26	
	Duona	30 gr.		71,17	
	Nintės bul. cepelinai su kiaul. jol.	214/36 gr.		331,65	
	Pieno pad.	30 gr.		15,01	
	Morkų sal. su aliej.	50 gr.		53,03	
	sv. agurkai	30 gr.		3,30	