

UAB „Niklita“

2024-05-27 – 2024-05-31

Pirmadienis

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|--|---------|-----------|--------------|-------------|--------------|------------------------|
| Tiršta perlinių kruopų košė(tausojantis) | 96A | 200 | 7,87 | 3,36 | 38,56 | 206,95 |
| Sumuštinis su dešra | 3U | 0,5/10/10 | 2,29 | 3,69 | 7,11 | 71,6 |
| Sezoniniai vaisiai | | 150 | 0,6 | 0,60 | 19,5 | 85,8 |
| Arbata (be cukraus) | 1Gėr. | 200 | 0 | 0,00 | 0 | 0 |
| Viso: | | | 10,76 | 4,29 | 65,17 | 364,35 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|--|---------|--------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Kruopų (ryžių) sriuba su pomidorais (tausojantis)(augalinis) | 23Sr | 150 | 1,06 | 3,27 | 9,33 | 66,84 |
| Grietinė 30% | 17P | 6 | 0,14 | 1,80 | 0,19 | 17,58 |
| Kiaulienos maltinukai(tausojantis) | 28A | 100 | 18,33 | 13,7 | 18,68 | 268,34 |
| Biri grikių kruopų košė(tausojantis) (augalinis) | 7Gar. | 100 | 6,10 | 3,69 | 34,05 | 179,6 |
| Burokėlių salotos su keptais svogūnais (augalinis) | 16S | 100 | 1,73 | 5,14 | 11,69 | 89,83 |
| Salotos su pekininiais kopūstais ir pomidorais (augalinis) | 24S | 100 | 1,36 | 9,76 | 4,62 | 107,31 |
| Vanduo | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 28,72 | 37,36 | 78,56 | 729,50 |

Antradienis

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|--------------------------------------|---------|--------|------------|-------------|--------------|------------------------|
| Tiršta manų kruopų košė(tausojantis) | 95A | 200 | 3,54 | 7,07 | 37,85 | 251,6 |
| Uogienė | 19P | 20 | 0,06 | 0 | 14,18 | 81,3 |
| Arbata (be cukraus) | 1Gėr. | 200 | 0 | 0,00 | 0 | 0 |
| Viso: | | | 3,6 | 7,07 | 52,03 | 332,9 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|--|---------|--------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Ankštinių daržovių(žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis) | 17Sr | 150 | 3,73 | 3,37 | 14,54 | 95,59 |
| Varškės apkepas(tausojantis) | 85A | 150 | 22,58 | 15,55 | 24,70 | 331,31 |
| Uogienė | 19P | 20 | 0,06 | 0 | 14,18 | 81,3 |
| Traškios morkytės | | 80 | 0,8 | 0,16 | 6,96 | 32,48 |
| Sezoniniai vaisiai | | 120 | 0,48 | 0,48 | 15,60 | 68,64 |
| Vanduo su citrina | 15Gėr. | 195/5 | 0,05 | 0,03 | 0,64 | 3,02 |
| Viso: | | | 27,70 | 19,59 | 76,62 | 612,34 |

Trečiadienis

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|--|---------|--------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta dribsnių(avižinių) kruopų košė(tausojantis) | 110A | 200 | 9,85 | 9,83 | 35,13 | 259,40 |
| Sezoniniai vaisiai | | 170 | 0,68 | 0,68 | 22,10 | 97,24 |
| Arbata (be cukraus) | 1Gėr. | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 10,53 | 10,51 | 57,23 | 356,64 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|--|---------|--------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | 6Sr | 150 | 1,15 | 3,18 | 5,13 | 48,45 |
| Paukštienos kukuliai(kalakutiena)(tausojantis) | 35A | 100 | 21,22 | 8,91 | 4,06 | 176,97 |
| Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) | 107Gar. | 100 | 3,27 | 3,12 | 24,70 | 131,28 |
| Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai) | 36S | 70 | 0,56 | 0,14 | 1,61 | 9,94 |
| Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais ir sėklomis(saulėgrąžomis) | 13S | 100 | 3,49 | 14,47 | 7,74 | 166,02 |
| Vanduo su citrina | 15Gėr. | 195/5 | 0,05 | 0,03 | 0,64 | 3,02 |
| Viso: | | | 29,74 | 29,85 | 43,88 | 535,68 |

Ketvirtadienis

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|--|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta grikių kruopų košė(tausojantis) | 97A | 150 | 7,40 | 3,09 | 30,09 | 175,54 |
| Apkepti sumuštiniai su sūriu | 10U | 1vnt/17,5 | 8,5 | 14,31 | 6,89 | 190,95 |
| Arbata (be cukraus) | 1Gėr. | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,36 | 0,36 | 11,7 | 51,48 |
| Viso: | | | 16,26 | 17,76 | 48,68 | 417,97 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|---|---------|--------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Agurkų sriuba (perlinės)(tausojantis)(augalinis) | 12Sr. | 150 | 1,68 | 3,20 | 11,52 | 78,45 |
| Grietinė 30% | 17P | 6 | 0,14 | 1,80 | 0,19 | 17,58 |
| Virti makaronai su mėsa (kiauliena)(tausojantis) | 68A | 75/75 | 26,11 | 11,44 | 26,73 | 313,64 |
| Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai) (augalinis) | 36S | 50 | 0,40 | 0,10 | 1,15 | 7,10 |
| Kopūstų salotos(augalinis) | 1A | 100 | 1,60 | 9,88 | 6,60 | 112,06 |
| Vanduo | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 29,93 | 26,42 | 46,19 | 528,83 |

Penktadienis

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|---|---------|--------|-------------|--------------|--------------|------------------------|
| Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis) | 109A | 150 | 5,88 | 5,90 | 24,00 | 175,50 |
| Uogienė | 17P | 20 | 0,72 | 9 | 0,93 | 87,9 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,36 | 0,36 | 11,7 | 51,48 |
| Arbata (be cukraus) | 1Gėr. | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 6,96 | 15,26 | 36,63 | 314,88 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Baltymai | Riebalai | Angliav. | Energetinė vertė, Kcal |
|--|---------|--------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis)(augalinis) | 2Sr | 150 | 2,69 | 3,23 | 13,64 | 145,73 |
| Grietinė 30% | 17P | 6 | 0,14 | 1,80 | 0,19 | 17,58 |
| Žuvies kepsnys(lydeka)(tausojantis) | 38A | 100 | 19,53 | 7,99 | 5,4 | 173,69 |
| Bulvių košė su pienu(tausojantis) | 3 Gar | 150 | 3,51 | 5,73 | 24,71 | 162,8 |
| Kopūstų salotos su pomidorais ir agurkais(augalinis) | 2S | 100 | 1,45 | 5,20 | 4,93 | 65,02 |
| Burokėlių salotos su ž.žirneliais(augalinis) | 18S | 100 | 2,72 | 5,17 | 13,13 | 96,16 |
| Vanduo | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 30,04 | 29,12 | 62,00 | 660,98 |