

Dokumentas: Mokiniams 11m.ir vyresniems

Panevėžio r. Dembavos progimnazija

Dembavos 28, Dembava, Panevėžio rajonas

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 m. ir vyresni

(amžiaus grupė)

1 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis su žirneliais	6	85.00	9.56	8.1	3.81	126
Duona su sviestu	04A	45.00	5.15	19.67	28.98	314
Arbata (su cukrumi)	1	200.00	0	0	13.31	53
Sezoniniai vaisiai		100.00	0.76	0.3	13.94	62
Pik-nik sūrio lazdelės	1S	40.00	10.08	8.32	0.52	117
Iš viso:			25.55	36.39	60.56	672

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis	1Sr	150.00	1.55	1.97	11.26	69
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Maltas kalakutienos mėsos kepsnys	34M	100.00	20.57	11.6	1.5	193
Sviesto-grietinės padažas	5	30.00	0.63	15.81	0.84	148
Virtos bulgur kruopos	11Gr	100.00	3.52	3.23	21.7	130
Agurkai, pomidorai (daržovės)	40S	100.00	1.9	0.1	4.75	28
Iš viso:			31.27	35.15	57.3	671
Iš viso dienos davinio :			56.82	71.54	117.86	1343

1 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis	118	200.00	8.58	5.58	38.01	237
Sviesto-grietinės padažas	5	20.00	0.42	10.54	0.56	99
Pienas 2,5 proc.		200.00	6.8	5	9.8	111
Trapučiai		20.00	1.84	1.1	13.16	70
Sezoniniai vaisiai		100.00	0.76	0.3	13.94	62
Iš viso:			18.4	22.52	75.47	578

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis	17Sr	150.00	2.62	3.23	13.12	92
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Troškinta kiauliena su padažu	01	160.00	29.8	22.63	9.83	362
Biri perlinių kruopų košė	6Gr	100.00	3.31	4.61	24.96	155
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos	6S	100.00	1.33	4.88	6.55	75
Agurkai marinuoti		40.00	1.13	0	0.52	7
Iš viso:			41.29	37.79	72.23	794
Iš viso dienos davinio :			59.69	60.31	147.7	1372

1 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė	109	200.00	7.84	7.86	32	230
Bananų desertas su jogurtu	3	150.00	1.89	0.48	28.67	127
Arbata (su cukrumi)	1	200.00	0	0	13.31	53
Trapučiai		30.00	2.76	1.65	19.74	105
Kivi		100.00	1	0.6	13.9	65
Iš viso:			13.49	10.59	107.62	580

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba	22Sr	150.00	0.99	8.14	4.94	97
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	30.00	2.22	0.48	12.8	64
Bulvių plokštainis su vištiena	D010	200.00	22.2	12.52	38.79	357
Sviesto-grietinės padažas	5	40.00	0.84	21.08	1.12	198
Šviežių daržovių rinkinys	D006	75.00	1.49	0.15	3.2	20
Iš viso:			27.88	44.17	61.04	753
Iš viso dienos davinio :			41.37	54.76	168.66	1333

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė	108	200.00	11.83	11.47	37.71	301
Kakava su pienu	4	200.00	4.24	3.35	16.68	114
Bananai		100.00	1.2	0.3	23.13	100
Iš viso:			17.27	15.12	77.52	515

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis	7Sr	150.00	1.52	1.99	8.74	59
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Varškės apkepas	85	200.00	29.96	20.67	32.37	435
Grietinė (antriems pat.)	G1b	30.00	0.72	9.01	0.93	88
Trintos braškės	15 D	30.00	0.27	0.12	2.91	14
Iš viso:			35.57	34.23	62.2	699
Iš viso dienos davinio :			52.84	49.35	139.72	1214

1 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė	97	200.00	9.87	4.12	39.83	236
Sviesto-grietinės padažas	5	20.00	0.42	10.54	0.56	99
Pienas 2,5 proc.		200.00	6.8	5	9.8	111
Sezoniniai vaisiai		100.00	0.76	0.3	13.94	62
Iš viso:			17.85	19.96	64.13	508

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba	18Sr	150.00	3.53	0.26	14.28	74
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Maltas žuvies kepsnys	42Ž	100.00	24.66	11.57	10.8	246
Sviesto-grietinės padažas	5	20.00	0.42	10.54	0.56	99
Virtos bulvės	1GR	100.00	2.14	0.13	18.99	86
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir žaliais žirneliais	20S	100.00	2.52	9.48	8.93	131
Paprika		30.00	0.35	0.12	2.16	11
Iš viso:			36.72	34.54	72.97	750
Iš viso dienos davinio :			54.57	54.5	137.1	1257

2 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių dribsnių košė	110	200.00	7.21	7.36	39.93	255
Trintos braškės	15 D	30.00	0.27	0.12	2.91	14
Pienas 2,5 proc.		200.00	6.8	5	9.8	111
Kivi		100.00	1	0.6	13.9	65
Iš viso:			15.28	13.08	66.54	445

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba	20	150.00	1.56	2.62	8.46	64
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Troškiny su kalakutienos mėsa ir ryžiais	3A	200.00	30.07	20.26	27.02	411
Agurkai marinuoti		50.00	1.41	0	0.64	8
Paprika		50.00	0.58	0.2	3.6	19
Pomidorai		30.00	0.3	0.06	2.46	12
Iš viso:			37.02	25.58	59.43	616
Iš viso dienos davinio :			52.3	38.66	125.97	1061

2 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	27Sr	200.00	5.16	5.87	17.07	142
Pieno kokteilis su bananais ir braškėmis	37	200.00	4.86	3.17	21.69	135
Sezoniniai vaisiai		100.00	0.76	0.3	13.94	62
Trapučiai		30.00	2.76	1.65	19.74	105
Iš viso:			13.54	10.99	72.44	443

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bulvėmis	17Srb	150.00	4.14	3.48	14.86	107
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Mėsos-daržovių-ryžių maltinis	62A	150.00	29.68	10.46	6.02	237
Sviesto-grietinės padažas su pomidorų padažu	6Pa	30.00	0.77	13.99	2.15	138
Virtos bulvės	1GR	100.00	2.14	0.13	18.99	86
Garintos daržovės	9Gr	100.00	2.52	0.41	4.43	31
Iš viso:			42.35	30.91	63.7	702
Iš viso dienos davinio :			55.89	41.9	136.14	1145

2 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su dešrelėmis	92	150.00	14.89	16.04	17.67	275
Pomidorai		30.00	0.3	0.06	2.46	12
Agurkai švieži		30.00	0.84	0	0.39	5
Duona juoda		30.00	2.22	0.48	12.8	64
Arbata (su cukrumi)	1	200.00	0	0	13.31	53
Kivi		100.00	1	0.6	13.9	65
Iš viso:			19.25	17.18	60.53	474

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis	2Sr	150.00	2.81	2.06	14.12	86
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Kepta paukšties filė	30A	100.00	24.52	7.03	8.53	195
Sviesto-grietinės padažas	5	30.00	0.63	15.81	0.84	148
Biri ryžių kruopų košė	5Gr	100.00	3.16	4.89	28.78	172
Kopūstų-agurkų salotos	3S	100.00	2.08	5.41	5.99	81
Paprika		30.00	0.35	0.12	2.16	11
Iš viso:			36.65	37.76	77.67	797
Iš viso dienos davinio :			55.9	54.94	138.2	1271

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė	109	200.00	7.84	7.86	32	230
Trintos braškės	15 D	20.00	0.18	0.08	1.94	9
Pienas 2,5 proc.		200.00	6.8	5	9.8	111
Pik-nik sūrio lazdelės	15	20.00	5.04	4.16	0.26	59
Sezoniniai vaisiai		100.00	0.76	0.3	13.94	62
Iš viso:			20.62	17.4	57.94	471

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis	12Sr	150.00	1.76	2.01	11.61	72
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Žuvies maltinis	43A	100.00	22.1	8.9	16.65	235
Sviesto-grietinės padažas su pomidorų padažu	6Pa	20.00	0.52	9.32	1.43	92
Biri grikių kruopų košė	7Gr	100.00	6.13	5.51	33.4	208
Burokėlių salotos	17S	100.00	1.92	6.15	12.98	115
Agurkai švieži		40.00	1.12	0	0.52	7
Iš viso:			36.65	34.33	93.84	831
Iš viso dienos davinio :			57.27	51.73	151.78	1302

2 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su uogomis	102A	200.00	6.87	7.13	33.72	227
Pienas 2,5 proc.		200.00	6.8	5	9.8	111
Smulkinti bananai su trintomis uogomis	6D	150.00	1.65	0.51	27.65	122
Trapučiai		30.00	2.76	1.65	19.74	105
Iš viso:			18.08	14.29	90.91	565

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis	17Sr	150.00	2.62	3.23	13.12	92
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Keptos paukštienos šlaunelės	31	150.00	36.47	24.98	1.26	376
Biri perlinių kruopų košė	6Gr	100.00	3.31	4.61	24.96	155
Daržovių salotos su pomidorais	43S	100.00	0.91	0.24	6.67	32
Iš viso:			46.41	35.5	63.26	758
Iš viso dienos davinio :			64.49	49.79	154.17	1323

3 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė	110A	200.00	9.85	9.83	35.13	268
Pienas 2,5 proc.		200.00	6.8	5	9.8	111
Pik-nik sūrio lazdelės		20.00	5.04	4.16	0.26	59
Sezoniniai vaisiai		100.00	0.76	0.3	13.94	62
Iš viso:			22.45	19.29	59.13	500

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių- perlinių kruopų sriuba	16	150.00	5.04	2.83	16.9	113
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Kepti kiaulienos gabaliukai	11M	100.00	22.39	40.76	2.53	467
Pomidorų padažas natūralus		30.00	1.17	0.16	7.12	35
Marinuoti svogūnai	11A	15.00	0.2	1.06	1.76	17
Virti ryžiai	21	100.00	2.73	0.75	27.97	130
Agurkai marinuoti		30.00	0.84	0	0.39	5
Paprika		30.00	0.35	0.12	2.16	11
Pomidorai		30.00	0.3	0.06	2.46	12
Iš viso:			36.12	48.18	78.54	892
Iš viso dienos davinio :			58.57	67.47	137.67	1392

3 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė su morkomis irsvogūnais	106	200.00	11.63	8.25	63.71	376
Pienas 2,5 proc.		200.00	6.8	5	9.8	111
Vaisių salotos	63	100.00	0.84	0.33	15.82	70
Pik-nik sūrio lazdelės	15	40.00	10.08	8.32	0.52	117
Iš viso:			29.35	21.9	89.85	674

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su pomidorais	23Sr	150.00	1.15	2.7	9.85	68
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Naturalūs kotletai su sūriu	23K	100.00	25.39	8.08	3.45	188
Virtos kuskuso kruopos	12GR	100.00	4.2	0.53	25.2	122
Daržovių ėsorti	42S	100.00	1.62	0.13	4.02	24
Iš viso:			35.46	13.88	59.77	506
Iš viso dienos davinio :			64.81	35.78	149.62	1180

3 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė	111	150.00	6.06	5.72	27.1	184
Trintos braškės	15 D	30.00	0.27	0.12	2.91	14
Duona su sviestu ir fermentiniu sūriu	04	50.00	8.16	7.19	18.94	173
Kakava su pienu	4	200.00	4.24	3.35	16.68	114
Sezoniniai vaisiai		100.00	0.76	0.3	13.94	62
Iš viso:			19.49	16.68	79.57	546

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba	18Sr	150.00	3.53	0.26	14.28	74
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Jautienos troškinys su padažu	8	150.00	30.44	29.41	8.29	420
Virti makaronai	8Gr	100.00	4.19	4.14	28.95	170
Šviežių daržovių salotos su alyvuogių aliejumi	7S	75.00	1.25	3.95	4.67	59
Iš viso:			42.51	40.2	73.44	826
Iš viso dienos davinio :			62	56.88	153.01	1372

3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su uogomis	102A	200.00	6.87	7.13	33.72	227
Pienas 2,5 proc.		200.00	6.8	5	9.8	111
Bananai		100.00	1.2	0.3	23.13	100
Trapučiai		30.00	2.76	1.65	19.74	105
Iš viso:			17.63	14.08	86.39	543

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis	12Sr	150.00	1.76	2.01	11.61	72
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	30.00	2.22	0.48	12.8	64
Kiaulienos kepsnys	9A	100.00	26.88	18.21	8.25	304
Sviesto-grietinės padažas	5	20.00	0.42	10.54	0.56	99
Biri grikių kruopų košė	7Gr	100.00	6.13	5.51	33.4	208
Agurkai, pomidorai (daržovės)	40S	100.00	1.9	0.1	4.75	28
Iš viso:			39.45	38.65	71.56	792
Iš viso dienos davinio :			57.08	52.73	157.95	1335

3 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:40 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su sūriu	66	200.00	12.63	9.13	54.02	349
Arbata (su cukrumi)	1	200.00	0	0	13.31	53
Trapučiai		30.00	2.76	1.65	19.74	105
Sezoniniai vaisiai		100.00	0.76	0.3	13.94	62
Pik-nik sūrio lazdelės		20.00	5.04	4.16	0.26	59
Iš viso:			21.19	15.24	101.27	627

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis	10	150.00	1.98	4.44	8.69	83
Grietinė (sriuboms)	G1a	6.00	0.14	1.8	0.19	18
Juoda duona	D1	40.00	2.96	0.64	17.06	86
Žuvies kepsnys	38Ž	100.00	19.64	9.02	5.85	183
Sviesto-grietinės padažas su pomidorų padažu	6Pa	30.00	0.77	13.99	2.15	138
Bulvių košė su pienu	3Gar	100.00	2.33	3.81	16.32	109
Daržovių salotos su pomidorais	43S	100.00	0.91	0.24	6.67	32
Iš viso:			28.73	33.94	56.93	648
Iš viso dienos davinio :			49.92	49.18	158.2	1275