

1 diena

Požymis: Porcija 1 žmogui

Dieta : 05 CD cukrinis diabetas

Pusryčiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Avižinių dribsnių košė	250 g.	8,90	5,33	34,88	213,16
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Kmynų arbata be cukraus	200 g.	0,20	0,15	0,50	3,33
		12,43	13,23	58,66	387,74

Priešpiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Virta dešra	30 g.	4,20	6,84	0,00	77,10
		7,45	7,39	23,15	182,75

Pietūs

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis ir grietine (be cukraus)	300/5 g.	2,24	4,11	16,42	104,93
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Šutinti jautienos kukuliai	100 g.	17,04	14,58	1,40	203,23
Biri perlinių kruopų košė	160 g.	5,23	5,75	40,11	221,10
Morkų ir kopūstų salotos	100 g.	1,13	4,97	6,45	66,60
Džiovintų razinų kompotas nesaldus	200 g.	0,32	0,07	8,56	33,60
		29,21	30,03	96,09	735,11

Pavakariai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Baltoji mišrainė	100 g.	3,35	4,86	11,44	99,36
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
		6,60	5,41	34,59	205,01

Vakarienė

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
------------------------------------	-------------------	---	---	---	------

Pieniška grikių sriuba	300 g.	6,61	6,22	20,89	163,83
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Varškės sūris	40 g.	7,28	8,80	1,12	113,60
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
		17,22	22,77	45,29	448,68

Naktipiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
		7,00	5,00	7,80	112,00

Iš viso pagal dietą : 05 CD cukrinis diabetas: **79,91** **83,83** **265,58** **2071,29**

2 diena Požymis: Porcija 1 žmogui

Dieta : 05 CD cukrinis diabetas

Pusryčiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Kvietinių kruopų košė	250 g.	9,74	2,89	43,81	229,64
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Arbata su pienu nesaldī	200 g.	1,80	1,56	2,89	32,40
		14,87	12,20	69,98	433,29

Priešpiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
Duona (ruginė)	40 g.	2,60	0,44	18,52	84,52
		9,60	5,44	26,32	196,52

Pietūs

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Bulvių sriuba su avižinėmis kruopomis ir grietine	300/5 g.	2,90	6,43	19,77	144,02
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Virta kiaulienos dešrelė šviežia	80 g.	10,80	23,40	2,70	264,60
Bulvių košė	150 g.	3,26	2,87	24,59	135,70
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	100 g.	1,42	5,19	5,80	67,21
Šviežių obuolių kompotas nesaldus	200 g.	0,10	0,10	3,12	12,72
		21,73	38,54	79,13	729,90

Pavakariai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Salotos "Gaidelis"	100 g.	0,63	5,07	9,89	80,50
Duona (ruginė)	40 g.	2,60	0,44	18,52	84,52
		3,23	5,51	58,41	165,02

Vakarienė

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Pieniška miežinių kruopų sriuba	250/2 g.	4,87	4,39	16,75	122,35
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Virta dešra	40 g.	5,60	9,12	0,00	102,80
		13,80	21,26	40,03	396,40

Naktiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Obuoliai	200 g.	0,80	0,80	26,00	106,00
		0,80	0,80	26,00	106,00

Iš viso pagal dietą : 05 CD cukrinis diabetas:

64,03

83,75

269,87

2027,13

3 diena

Požymis: Porcija 1 žmogui

Dieta : 05 CD cukrinis diabetas**Pusryčiai**

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
3 grūdų dribsnių košė	250 g.	8,49	3,46	36,34	206,80
Varškė nesaldė	50 g.	7,41	0,36	1,16	40,33
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Kakava su pienu nesaldė	200 g.	2,21	3,18	2,94	50,58
		21,44	14,75	63,72	468,96

Priešpiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Duona (ruginė)	40 g.	2,60	0,44	18,52	84,52
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
		9,60	5,44	26,32	196,52

Pietūs

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine(be cukraus)	300/5 g.	2,02	7,07	12,00	112,05
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Šutintas vištienos maltinis	100 g.	14,04	7,98	11,83	172,54
Bulvių košė	150 g.	3,26	2,87	24,59	135,70
Morkos troškintos grietinėje	70 g.	1,01	2,26	7,29	46,89
Džiovintų razinų kompotas nesaldus	200 g.	0,32	0,07	8,56	33,60
		23,90	20,80	87,42	606,43

Pavakariai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Burokėlių mišrainė su aliejumi	100 g.	2,16	5,10	11,88	95,53
Duona (ruginė)	40 g.	2,60	0,44	18,52	84,52
		4,76	5,54	30,4	180,05

Vakarienė

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Pieniška perlinių kr. sriuba	300 g.	5,82	5,84	21,44	156,48
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Mėsos vyniotinis	40 g.	4,80	15,60	0,40	161,20
		13,95	29,19	45,12	488,93

Naktiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
		7,00	5,00	7,80	112,00

Iš viso pagal dietą : 05 CD cukrinis diabetas:

80,65 80,72 260,78 2052,89

4 diena

Požymis: Porcija 1 žmogui

Dieta : 05 CD cukrinis diabetas

Pusryčiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Miežinių kruopų košė	250 g.	7,31	2,87	36,47	192,16
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Arbatžolių arbata be cukraus	200 g.	0,00	0,00	0,01	0,00
		10,64	10,62	59,76	363,41

Priešpiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Virta dešra	40 g.	5,60	9,12	0,00	102,80
		8,85	9,67	23,15	208,45

Pietūs

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Bulvių sriuba su ryžiais ir grietine	300/5 g.	2,28	5,93	20,74	141,08
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Garuose virti jautienos kukuliai	100 g.	15,64	12,61	10,17	214,00
Virtos bulvės	150 g.	3,09	0,15	28,27	125,15
Burokėlių salotos su kmynais	100 g.	1,76	0,28	9,82	39,66
Sulčių gėrimas nesaldus	200 g.	0,14	0,00	5,85	18,90
		26,16	19,52	98,00	644,44

Pavakariai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Baltoji mišrainė	100 g.	3,35	4,86	11,44	99,36
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
		6,60	5,41	34,59	205,01

Vakarienė

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Grikių košė	250 g.	8,93	3,83	38,85	221,75
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Kava miežinė su pienu nesaldi	200 g.	1,80	1,56	2,90	32,50
		14,06	13,14	65,03	425,5

Naktipiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Kefyras	250 g.	8,75	6,25	9,75	140,00
		8,75	6,25	9,75	140

Iš viso pagal dietą : 05 CD cukrinis diabetas:

75,06 64,61 290,28 1986,81

5 diena

Požymis: Porcija 1 žmogui

Dieta : 05 CD cukrinis diabetas

Pusryčiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Avižinių dribsnių košė	250 g.	8,90	5,33	34,88	213,16
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65

Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Arbatžolių arbata be cukraus	200 g.	0,00	0,00	0,01	0,00
		12,23	13,08	58,17	384,41

Priešpiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Duona (ruginė)	40 g.	2,60	0,44	18,52	84,52
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
		9,6	5,44	26,32	196,52

Pietūs

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Valstiečių sriuba su kruopomis ir grietine	300/5 g.	2,18	5,98	17,17	124,62
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Maltos pangasijos filė maltinukas	80 g.	12,32	9,54	13,52	185,18
Biri kvietinių kruopų košė	150 g.	7,68	5,15	42,78	236,76
Morkų salotos su česnakais	100 g.	0,99	4,98	8,39	72,77
Sulčių gėrimas nesaldus	200 g.	0,14	0,00	5,85	18,90
		26,56	26,20	110,86	743,88

Pavakariai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Lietuviškos daržovių salotos	100 g.	3,03	6,06	11,38	107,33
Duona (ruginė)	40 g.	2,60	0,44	18,52	84,52
		5,63	6,5	29,9	191,85

Vakarienė

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Pieniška perlinių kr. sriuba	300 g.	5,82	5,84	21,44	156,48
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Varškės sūris	30 g.	5,46	6,60	0,84	85,20
		14,61	20,19	45,56	412,93

Naktipiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
		7,00	5,00	7,80	112,00

Iš viso pagal dietą : 05 CD cukrinis diabetas:

75,63 76,41 278,61 2041,59

6 diena

Požymis: Porcija 1 žmogui

Dieta : 05 CD cukrinis diabetas

Pusryčiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Miežinių kruopų košė	200 g.	5,85	2,29	29,18	153,73
Virta dešrelė	60 g.	6,60	14,16	0,00	159,60
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Arbatžolių arbata be cukraus	200 g.	0,00	0,00	0,01	0,00
		15,78	24,20	52,47	484,58

Priešpiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Sausainiai be cukraus	30 g.	2,34	4,14	20,25	127,80
Pienas	200 g.	6,00	5,20	9,60	108,00
		8,34	9,34	29,85	235,8

Pietūs

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Bulvių sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine	300/5 g.	2,56	5,92	20,58	140,87
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Garuose virti vištienos kukuliai	100 g.	13,17	7,58	13,77	172,68
Bulvių košė	150 g.	3,26	2,87	24,59	135,70
Burokėliai troškinti su grietine	100 g.	1,82	2,55	10,04	61,71
Šviežių obuolių kompotas nesaldus	200 g.	0,10	0,10	3,12	12,72
		24,16	19,57	95,25	629,33

Pavakariai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Salotos "Gaidelis"	100 g.	0,63	5,07	9,89	80,50
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
		3,88	5,62	33,04	186,15

Vakarienė

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Pieniška kvietinių kruopų sriuba	300 g.	6,65	5,80	21,31	159,48
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Sūrio produktas	30 g.	7,80	8,10	0,03	104,10
		17,78	21,65	44,62	434,83

Naktipiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
		7,00	5,00	7,80	112,00

Iš viso pagal dietą : 05 CD cukrinis diabetas:

76,94 85,38 263,03 2082,69

7 diena

Požymis: Porcija 1 žmogui

Dieta : 05 CD cukrinis diabetas**Pusryčiai**

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Grikių košė	250 g.	8,93	3,83	38,85	221,75
Varškė nesaldi	50 g.	7,41	0,36	1,16	40,33
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Kakava su pienu nesaldi	200 g.	2,21	3,18	2,94	50,58
		21,88	15,12	66,23	483,91

Priešpiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Duona (ruginė)	40 g.	2,60	0,44	18,52	84,52
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
		9,60	5,44	26,32	196,52

Pietūs

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais ir grietine	300/5 g.	2,58	7,46	16,20	134,16
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Kalakutienos kotletas garuose	85 g.	12,57	3,00	11,86	121,88
Virtos bulvės	150 g.	3,09	0,15	28,27	125,15
Morkos troškintos grietinėje	70 g.	1,01	2,26	7,29	46,89
Džiovintų abrikosų kompotas nesaldus	200 g.	0,55	0,06	8,06	32,52
		23,05	13,48	94,83	566,25

Pavakariai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Mišrainė daržovių su aliejumi	100 g.	2,12	8,08	11,45	120,01
Duona (ruginė)	40 g.	2,60	0,44	18,52	84,52
		4,72	8,52	29,97	204,53

Vakarienė

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Pieniška 3 grūdų dribsnių sriuba	300/5 g.	6,35	7,38	20,05	169,92
Duona (ruginė)	50 g.	3,25	0,55	23,15	105,65
Tepus riebalų mišinys	10 g.	0,08	7,20	0,13	65,60
Keptas omletas	50 g.	4,09	5,60	3,23	78,93
		13,77	20,73	46,56	420,10

Naktipiečiai

Technologinės kortelės pavadinimas	Kiekis, mat. vnt.	B	R	A	Kcal
Kefyras	200 g.	7,00	5,00	7,80	112,00
		7,00	5,00	7,80	112,00
Iš viso pagal dietą : 05 CD cukrinis diabetas:		80,02	68,29	271,71	1983,31