

Valgiaraščio krūtimi maitinančių motinų
2 priedas

KRŪTIMI MAITINANČIŲ MOTINŲ 31 DIENOS MAISTO DAVINIO CHEMINĖ SUDĖTIS

(Sudaryta KD direktoriaus 2017 m. lapkričio 7 d. įsakymu Nr. V-447 patvirtintus valgiaraščius)

Sudėtis	1 diena	2 diena	3 diena	4 diena	5 diena	6 diena	7 diena	8 diena	9 diena	10 diena	11 diena	12 diena	13 diena	14 diena	15 diena	16 diena
Baltymai, iš viso (g)	123	109	90	102	85	93	113	95	120	120	91	105	76	87	77	103
Riebalai, iš viso (g)	104	96	100	99	83	116	114	105	119	90	119	107	90	108	74	114
Angliavandeniai, iš viso (g)	469	411	447	541	444	389	466	407	345	389	418	391	438	367	450	418
Kaloringumas (kcal)	3289	3047	2864	3488	2848	3393	3300	2899	3247	2810	3113	2989	2908	2838	2727	3077

Sudėtis	17 diena	18 diena	19 diena	20 diena	21 diena	22 diena	23 diena	24 diena	25 diena	26 diena	27 diena	28 diena	29 diena	30 diena	31 diena	vidurkis
Baltymai, iš viso (g)	116	93	103	84	129	115	90	112	101	106	92	87	117	92	94	100,6
Riebalai, iš viso (g)	127	82	111	95	125	89	91	111	114	120	111	89	93	100	88	102,7
Angliavandeniai, iš viso (g)	421	441	665	413	474	402	414	538	386	523	361	454	464	416	409	437,7
Kaloringumas (kcal)	3243	2913	3267	2812	3474	2719	2819	3492	2940	3585	2781	2952	3095	2912	2814	3054

+ 154