

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 032429

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė (tausojantis)	IKRUOPN-14	200 g.	5,99	2,11	30,56	169,41
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-16R	40/5/30/5/20 g.	4,56	6,77	16,56	141,66
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,58	12,98	47,16	348,22

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116	100 g.	1,21	1,73	4,31	36,90
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Virta dešrelė(aukšč.r.)(tausojantis)	AKMPN-54A	60 g.	6,60	14,16	0,00	159,60
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	2,06	0,10	18,85	83,43
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139F	80 g.	1,57	0,36	7,50	33,53
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			13,78	17,08	59,35	437,63

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skrebutis	IUŽKN-1H	20 g.	1,77	3,14	8,73	67,96
Geriamas jogurtas	IVNT-19C	100 g.	2,80	2,50	12,40	83,00
			4,57	5,64	21,13	150,96

Iš viso (dienos davinio): **28,93** **35,70** **127,64** **936,81**

Šaukenų Vlado Pūtojo Puvinskio
gimnazijos direktorė
Rima Andrulienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuviene
Ralf