

2 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 032435

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė(tausojantis)	IKRUOPN-12	200 g.	4,82	2,44	31,29	161,05
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1E	35 g.	3,14	5,50	15,21	118,90
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			8,03	12,07	46,64	317,77

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-66E	100 g.	1,24	0,87	7,58	41,43
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Virti silkės maltiniai (tausojantis)	AŽUVPN-52A	60 g.	7,64	10,68	10,35	152,54
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	2,06	0,10	18,85	83,43
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40E	30 g.	0,35	2,47	1,13	25,74
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124	50 g.	0,70	1,92	5,31	36,55
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			14,73	16,57	69,91	453,86

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Geriamas jogurtas	IVNT-19	180 g.	5,04	4,50	22,32	149,40
			5,04	4,5	22,32	149,4

Iš viso (dienos davinio): **27,80** **33,14** **138,87** **921,03**

Šaukėnų Vlado Pūtvio-Pylypskio
gimnazijos direktorė
Rima Andrutienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė