

2 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR Nr. 032437

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	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-15	200 g.	7,26	4,19	27,91	171,23
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12DD	30/5/10 g.	3,50	6,71	16,42	135,96
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,79	15	44,37	344,34

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis(burokėl,mork,) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60F	100 g.	0,79	1,07	5,28	30,26
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos ir grikių troškiny (tausojantis)	AKMPN-58A	51/129 g.	13,82	10,62	21,76	234,17
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21A	40 g.	2,08	0,57	3,59	31,49
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44B	50 g.	0,53	4,54	3,03	50,86
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
			19,32	17,22	55,12	437,22

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pyrago skrebučiai	IUŽKN-18J	20 g.	1,68	2,07	9,70	61,99
Geriamas jogurtas	IVNT-19C	100 g.	2,80	2,50	12,40	83,00
			4,48	4,57	22,1	144,99
Iš viso (dienos davinio):			34,59	36,79	121,59	926,55

Saukėnų Vlado Putnio-Putinskio
gimnazijos direktorė
Rima Andriūnė
Rima Andriūnė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė