

2 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 032438

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	
Manų košė su cinamonu (tausojantis)	IKRUOPN-14J	200 g.	6,03	2,14	31,36	172,02
Sviestas 82%	IVNT-15F	3 g.	0,02	2,46	0,02	22,29
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13PP	20/3/15 g.	4,30	4,37	13,23	106,57
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			10,75	9,37	57,61	353,88

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (kopūst,mork,bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104Q	100 g.	0,68	1,67	4,74	34,12
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis)	ADRŽPN-37K	146/24 g.	6,09	4,87	41,76	231,16
Pieno 2,5% padažas	PADN-2A	30 g.	0,63	1,01	1,98	19,43
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Morka (augalinis)	IVNT-100	100 g.	1,00	0,20	8,70	31,00
			15,5	12,97	75,64	467,15

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15U	30/3/20 g.	5,30	5,64	19,18	144,11
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,3	5,64	19,18	144,11
Iš viso (dienos davinio):			31,55	27,98	152,43	965,14

Šaukėnų Vlado Putvio-Putvinskio
gimnazijos direktorė
Rima Andriulienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuviene
Raf.