

2 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. 032436

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	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13	200 g.	7,28	2,99	31,08	178,10
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15JJ	25/5/20 g.	4,84	7,14	16,03	143,90
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,15	14,23	47,15	359,15

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI-SMLPC-10FF	100 g.	2,08	1,43	7,73	48,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinti kalakutienos maltiniai (tausojantys)	AKMP-PNV-17B	60 g.	8,90	7,23	7,43	128,01
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5	100 g.	5,12	3,43	28,52	157,84
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis)	GSALN-12Š	80 g.	1,14	4,52	5,56	61,33
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			18,94	17,13	73,1	495,2

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26KK	25 g.	1,88	3,30	17,55	107,40
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GĖRN-86A	200 g.	2,19	2,58	2,92	45,12
			4,07	5,88	20,47	152,52

Iš viso (dienos davinio):

35,16 37,24 140,72 1006,87

Šaukėnų Vlodo Putvio-Putvinskio
gimnazijos direktorė
Rima Andrutienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė