

3 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 032440

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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
Skrebutis	IUŽKN-1	30 g.	2,66	4,71	13,12	101,93
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			9,99	13,03	41,17	310,98

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-121A	100 g.	0,56	2,13	4,99	38,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-124B	60 g.	6,96	7,31	5,13	112,67
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7J	90 g.	2,27	3,25	12,47	86,69
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41K	80 g.	0,84	6,94	4,86	79,38
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
			12,97	20,26	56,54	440,5

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,3	5,64	19,18	144,11
Iš viso (dienos davinio):			28,26	38,93	116,89	895,59

Šaukėnų Vlado Putnio-Putinskio
gimnazijos direktorė
Rima Andrulienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuviene
katkuviene