

2 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 047170

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-21	200 g.	7,93	2,24	35,05	184,41
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽKN-1200	20/5/15 g.	3,51	7,74	10,96	124,44
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,47	14,08	46,05	346

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-66E	100 g.	1,24	0,87	7,58	41,43
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94H	10 g.	0,65	0,11	5,23	23,72
Bulvių plokštainis (A-7)	ADRŽPN-47B	150 g.	4,45	6,23	36,15	215,50
Grietinė 30% (A-7)	IVNT-14A	10 g.	0,24	3,00	0,31	29,40
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30P	160 g.	0,64	0,48	21,44	83,20
			11,57	14,44	76,71	471,25

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė 9% su žalumynais (A-7)	IVRŠPN-25G	25 g.	2,89	1,69	0,93	30,76
Batonas (A-1)	IVNT-12A	30 g.	2,82	0,84	19,02	90,42
Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)	GĖRN-45D	120 g.	1,39	1,87	1,77	30,71
			7,1	4,4	21,72	151,89
		Iš viso:	30,14	32,92	144,48	969,14

Šaukėnų Vlodo Putnio-Putninskio
gimnazijos direktorė
Rima Andrulienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė