

3 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 047177

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-17	200 g.	5,80	2,40	30,71	160,32
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
			9,34	14,24	41,71	321,91

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60	100 g.	0,79	1,07	5,28	30,26
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Balandėliai su kiaulienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis) (A-1;7)	AKMPN-16S	56/64/25 g.	7,64	11,25	9,95	164,08
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13L	90 g.	1,85	0,09	16,96	75,09
Troškintos morkos grietinėje 30% (tausojantis) (A-1;7)	GSALN-125J	80 g.	1,07	3,07	8,20	57,04
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9H	80 g.	0,64	0,16	8,80	34,40
			13,93	15,97	64,88	432,04

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai (A-1;3;7)	IVNT-26A	20 g.	1,50	2,64	14,04	85,92
Picnas 2,5% (A-7)	GĖRN-48D	120 g.	3,84	3,00	5,76	66,00
			5,34	5,64	19,8	151,92
		Iš viso:	28,61	35,85	126,39	905,87

Šaukėnų Vlodo Putnio-Petvinskio
gimnazijos direktorė
Rima Andriulienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė