

2 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 047173

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	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-16	200 g.	6,60	2,84	28,45	166,14
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1;7)	IUŽKN-13P	20/3/10 g.	3,50	3,92	13,05	98,57
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,13	10,86	41,54	301,86

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39	100 g.	2,09	1,47	7,82	49,21
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių troškiny (bul.,kopū.,mork.,svog) su kiaulienos mėsa (tausojantis) (A-1)	AKMPN-61	167/33 g.	9,25	9,08	19,95	189,56
Burokėlių salotos su kmynais (augalinis)	GSALN-33	100 g.	1,76	0,27	10,82	43,60
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9H	80 g.	0,64	0,16	8,80	34,40
			20,84	16,2	65,85	468,21

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
Pienas 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:			36,31	32,70	127,19	921,99

Šoukėnų Vlado Putnio-Putvinškio
gimnazijos direktorė
Rima Andrulienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė