

2 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. Nr. 047176

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	
Grikių košė (tausojantis) (A-7)	IKRUOPN-13	200 g.	7,28	2,99	31,08	178,10
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1;7)	IUŽKN-8FFF	20/3/15 g.	5,30	6,73	10,96	123,08
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,61	13,82	42,08	338,33

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30F	100 g.	2,17	1,36	8,42	49,38
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94H	10 g.	0,65	0,11	5,23	23,72
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis) (A-3)	ADRŽPN-37B	129/21 g.	5,38	4,32	36,90	204,37
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
			13,43	13,02	78,3	468,07

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė 9% su grietine 30% (A-7)	IVRŠPN-19K	30/5 g.	4,92	4,20	1,21	62,70
Batonas (A-1)	IVNT-12A	30 g.	2,82	0,84	19,02	90,42
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,74	5,04	20,23	153,12
Iš viso:			33,78	31,88	140,61	959,52

Šaukėnų Vlodo Pūvio-Pūvinskio
gimnazijos direktorė
Rima Andriulienė

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė