

I SAVAITĖ - KETVIRTADIENIS

Tvirtina: *[Signature]*
 Mokyklės direktorė J. Zalatorienė
 20__ m. _____ d.

PUSRYČIAI val. 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Kr159	200/10	9,77	12,31	39,63	304,90
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,40	0,40	13,00	57,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,17	12,71	52,63	361,90

PIETŪS val. 12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150	1,55	2,13	7,59	55,78
Pilno grūdo juoda duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinis (tausojantis)	K036	80	16,08	13,55	3,59	199,66
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	GR017	100	3,23	0,59	24,82	117,55
Pekino kopūstų salotos su agurkais, porais, natūraliu jogurtu (tausojantis)	S127	50	0,98	0,50	1,73	12,21
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr. 6: brokoliai, morkos)	D006	25/25	1,00	0,15	3,60	19,75
Iš viso:			24,44	17,22	54,33	465,95

VAKARIENĖ val. 16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai su spelta miltais, natūraliu jogurtu (tausojantis)	V156	150/30	16,44	8,79	30,79	267,39
Sultys		150	0,75	0,75	11,25	48,00
Iš viso:			17,19	9,54	42,04	315,39
Iš viso (dienos davinio):			51,80	39,47	149,00	1143,24

I SAVAITĖ - KETVIRTADIENIS (11 m. ir vyresnio amžiaus)

PUSRYČIAI

val. 9:15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa
Grikių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Kr159	200/10
Sezoninių vaisių lėkštelė		200
Javainių batonėlis cerbona		20
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150

PIETŪS

val. 11.05

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150
Pilno grūdo ruginė duona		30
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinis (tausojantis)	K036	120
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	GR017	100
Pekino kopūstų salotos su agurkais, porais, natūraliu jogurtu (tausojantis)	S127	100
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr. 6: brokoliai, morkos)	D006	25/25
Sezoninių vaisių lėkštelė		200

I SAVAITĖ - KETVIRTADIENIS (6-10 m. amžiaus)

PUSRYČIAI

val. 9:15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa
Grikių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Kr159	200/10
Sezoninių vaisių lėkštelė		200
Javainių batonėlis cerbona		20
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150

PIETŪS

val. 12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150
Pilno grūdo ruginė duona		30
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinis (tausojantis)	K036	120
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	GR017	100
Pekino kopūstų salotos su agurkais, porais, natūraliu jogurtu (tausojantis)	S127	50
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr. 6: brokoliai, morkos)	D006	25/25
Sezoninių vaisių lėkštelė		200