

II SAVAITĖ - PENKTADIENIS

Tvirtinusi
Mokyklos direktorė J. Zalatorienė
20__ m. gegužės 2__ d.

PUSRYČIAI

val. 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Senelio (4 grūdų) kruopų košė, pagardinta braškėmis, sviestu (tausojantis)	Kr163	200/15/5	11,78	7,34	38,85	255,10
Sezoninių vaisių lėkštelė		200	0,80	0,80	26,00	114,00
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,00	0,00	4,20	17,00
Iš viso:			12,58	8,14	69,05	386,10

PIETŪS

val. 12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jautienos kukulaičių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr101	150	11,07	8,01	8,62	143,88
Pilno grūdo ruginė duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kepti varškėčiai su spelta miltais ir natūraliu jogurtu (2,5%) paskanintu bananaisir braškėmis (tausojantis)	V154	150/15/7,5/7,5	26,74	21,51	23,01	451,97
Iš viso:			39,41	29,82	44,63	656,85

VAKARIENĖ

val. 16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu		100	3,08	5,14	32,79	169,36
Sultys	G125	150	0,75	0,75	11,25	48,00
Iš viso:			3,83	5,89	44,04	217,36
Iš viso (dienos davinio):			55,82	43,85	157,72	1260,31

II SAVAITĖ - PENKTADIENIS

Tvirtina: *[Signature]*
Mokyklos direktorė J. Zalatorienė

PUSRYČIAI

val. 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Senelio (4 grūdų) kruopų košė, pagardinta braškėmis, sviestu (tausojantis)	Kr163	200/15/5	11,78	7,34	38,85	255,10
Sezoninių vaisių lėkštelė		200	0,80	0,80	26,00	114,00
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,00	0,00	4,20	17,00
Iš viso:			12,58	8,14	69,05	386,10

PIETŪS

val. 12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jautienos kukulaičių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr101	150	11,07	8,01	8,62	143,88
Pilno grūdo ruginė duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kepti varškėčiai su spelta miltais ir natūraliu jogurtu (2,5%) paskanintu bananais ir braškėmis (tausojantis)	V154	150/15/7,5/7,5	26,74	21,51	23,01	451,97
Iš viso:			39,41	29,82	44,63	656,85

VAKARIENĖ

val. 16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Traškūs kukurūzai "Flips"		25	2,40	0,33	20,00	94,75
Sultys	G125	150	0,75	0,75	11,25	48,00
Iš viso:			3,15	1,08	31,25	142,75
Iš viso (dienos davinio):			55,14	39,04	144,93	1185,70

II SAVAITĖ - PENKTADIENIS (11m ir vyresnio amžiaus)

PUSRYČIAI

val. 9:15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Senelio (4 grūdų) kruopų košė, pagardinta braškėmis, sviestu (tausojantis)	Kr163	200/15/5
Sezoninių vaisių lėkštelė		200
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150
Iš viso:		

PIETŪS

val. 11:05

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Jautienos kukulaičių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr101	150
Pilno grūdo ruginė duona		30
Kepti varškėčiai su spelta miltais ir natūraliu jogurtu (2,5%) paskanintu bananais ir braškėmis (tausojantis)	V154	200/15/7,5/7,5
Sezoninių vaisių lėkštelė		200

II SAVAITĖ - PENKTADIENIS (6-10m. amžiaus)

PUSRYČIAI

val. 9:15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Senelio (4 grūdų) kruopų košė, pagardinta braškėmis, sviestu (tausojantis)	Kr163	200/15/5
Sezoninių vaisių lėkštelė		200
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150
Iš viso:		

PIETŪS

val. 12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Jautienos kukulaičių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr101	150
Pilno grūdo ruginė duona		30
Kepti varškėčiai su spelta miltais ir natūraliu jogurtu (2,5%) paskanintu bananais ir braškėmis (tausojantis)	V154	150/15/7,5/7,5
Sezoninių vaisių lėkštelė		200

II SAVAITĖ - PENKTADIENIS 2

PUSRYČIAI val. 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Senelio (4 grūdų) kruopų košė, pagardinta braškėmis, sviestu (tausojantis)	Kr163	200/15/5	11,78	7,34	38,85	255,10
Sezoninių vaisių lėkštelė		200	0,80	0,80	26,00	114,00
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,00	0,00	4,20	17,00
Iš viso:			12,58	8,14	69,05	386,10

PIETŪS val. 12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jautienos kukulaičių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr101	150	11,07	8,01	8,62	143,88
Pilno grūdo ruginė duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Virti varškėčiai su spelta miltais (tausojantis)	V155	150/30	24,51	11,26	55,31	420,91
Iš viso:			37,18	19,57	76,93	625,79

VAKARIENĖ val. 16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu		100	3,08	5,14	32,79	169,36
Sultys	G125	150	0,75	0,75	11,25	48,00
Iš viso:			3,83	5,89	44,04	217,36
Iš viso (dienos davinio):			53,59	33,60	190,02	1229,25

II SAVAITĖ - PENKTADIENIS 2

Tvirtinys: *[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	
Senelio (4 grūdų) kruopų košė, pagardinta braškėmis, sviestu (tausojantis)	Kr163	200/15/5	11,78	7,34	38,85	255,10
Sezoninių vaisių lėkštelė		200	0,80	0,80	26,00	114,00
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,00	0,00	4,20	17,00
Iš viso:			12,58	8,14	69,05	386,10

PIETŪS val. 12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jautienos kukulaičių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr101	150	11,07	8,01	8,62	143,88
Pilno grūdo ruginė duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Virti varškėčiai su spelta miltais (tausojantis)	V155	150/30	24,51	11,26	55,31	420,91
Iš viso:			37,18	19,57	76,93	625,79

VAKARIENĖ val. 16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė (g)			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Traškūs kukurūzai "Flips"		25	2,40	0,33	20,00	94,75
Sultys	G125	150	0,75	0,75	11,25	48,00
Iš viso:			3,15	1,08	31,25	142,75
Iš viso (dienos davinio):			52,91	28,79	177,23	1154,64

II SAVAITĖ - PENKTADIENIS 2 (11m. ir vyresnio amžiaus)

PUSRYČIAI

val. 9:15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Senelio (4 grūdų) kruopų košė, pagardinta braškėmis, sviestu (tausojantis)	Kr163	200/15/5
Sezoninių vaisių lėkštelė		200
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150
Iš viso:		

PIETŪS

val. 11:05

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Jautienos kukulaičių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr101	150
Pilno grūdo ruginė duona		30
Virti varškėčiai su spelta miltais (tausojantis)	V155	200/30
Sezoninių vaisių lėkštelė		200

II SAVAITĖ - PENKTADIENIS 2 (6-10m. amžiaus)

PUSRYČIAI

val. 9:15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Senelio (4 grūdų) kruopų košė, pagardinta braškėmis, sviestu (tausojantis)	Kr163	200/15/5
Sezoninių vaisių lėkštelė		200
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150
Iš viso:		

PIETŪS

val. 12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Jautienos kukulaičių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr101	150
Pilno grūdo ruginė duona		30
Virti varškėčiai su spelta miltais (tausojantis)	V155	150/30
Sezoninių vaisių lėkštelė		200