

2 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 041363

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	IKRUOPN-5A	219/31 g.	6,63	8,06	45,89	271,19
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15ŠŠ	25/5/15 g.	4,23	6,56	16,00	136,05
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,86	14,62	61,89	407,24

**Pusryčiai II variantas**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai	AMLTN-13	150 g.	11,20	9,59	67,99	396,13
Grietinė 30%	IVNT-14A	10 g.	0,24	3,00	0,31	29,40
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,44	12,59	68,3	425,53

**Pusryčiai III variantas**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų apkepas su varške 9% (tausojantis)	AAPK-14C	169/81 g.	18,68	20,65	49,32	446,38
Natūralus jogurtas 2,5%	IVNT-98A	15 g.	0,65	0,38	0,87	9,45
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,33	21,03	50,19	455,83

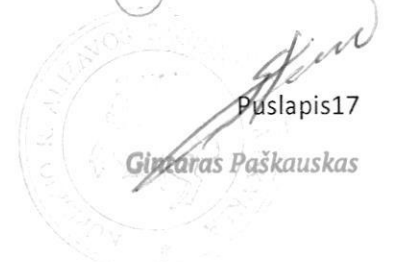
**Pusryčiai IV variantas**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu (tausojantis)	IKRUOPN-15L	250 g.	9,13	5,29	36,08	217,96
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1	30 g.	2,66	4,71	13,12	101,93
Pienas 2,5%	GĖRN-48	200 g.	6,40	5,00	9,60	110,00
			18,22	19,1	58,84	467,04

**Pietūs I variantas**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Kepta riebios žuvies filė (su miltais)	AŽUVPN-51A	80 g.	223,44
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	138,54
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44M	120 g.	119,78
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

642,78



Puslapis 17

Gintaras Paškauskas

**Pietūs II variantas**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Vištienos ir grikių troškinys (tausojantis)	AKMPN-58C	71/179 g.	325,57
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	39,37
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44E	80 g.	80,13
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

606,09

**Pietūs III variantas**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Orkaitėje kepti vištienos kasneliai (tausojantis)	AKMPN-64A	80 g.	261,58
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	124,25
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	39,37
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44T	60 g.	60,08
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

646,3

**Pietūs IV variantas**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Žirnių ir bulvių košė (tausojantis)	ADRŽPN-35C	250 g.	324,94
Grietinės 30% padažas	PADN-7C	25 g.	46,29
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44E	80 g.	80,13
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

692,65

**Pietūs V variantas**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Sklindžiai su bananais	AMLTN-70C	150 g.	359,14
Saldus, vanilinis pieno 2,5% padažas	PADN-3G	20 g.	18,02
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44	100 g.	100,29
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00

571,74



Puslapis 18

Gintaras Vaskauskas