

2 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 041406

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-18	200 g.	6,95	3,04	34,25	194,95
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1H	20 g.	1,77	3,14	8,73	67,96
Pienas 2,5%	GĖRN-48	200 g.	6,40	5,00	9,60	110,00
			15,15	15,28	52,62	410,06

Pusryčiai II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių ir obuolių blynėliai	AMLTN-61F	120 g.	8,01	16,07	38,80	321,93
Natūralus jogurtas 2,5%	IVNT-98A	15 g.	0,65	0,38	0,87	9,45
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,66	16,45	39,67	331,38

Pusryčiai III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-16	200 g.	6,60	2,84	28,45	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-16S	20/3/20 g.	3,86	5,02	11,08	102,43
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			15,29	15,71	46,77	388,22

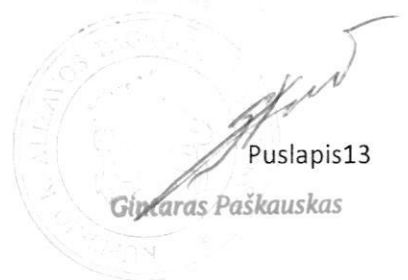
Pusryčiai IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	IKRUOPN-22K	150 g.	4,64	1,75	28,38	149,75
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-7MMM	25/3/15 g.	6,27	7,21	15,89	149,69
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,94	13,06	44,31	336,59

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104W	150 g.	51,25
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Vištienos plovos virtas(tausojantis)	AKMPN-20I	36/134 g.	243,30
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40H	90 g.	77,21
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	78,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

540,2



Puslapis 13

Gintaras Paškauskas

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa	Enerģinē vertē kcal
Daržoviņ sriuba (augalinis) (tausoģantis)	SRIN-104W	150 g.	51,25
Ruginē duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Varšķēs 9% spyģliukai(tausoģantis)	AVRŠPN-8	150 g.	319,59
Grietinēs 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Geriamas vanduo	ĢERN-85	200 g.	0,00
Gaivios vaisiņ salotos su jogurtu(obuo.banan.apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16

551,45

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa	Enerģinē vertē kcal
Daržoviņ sriuba (augalinis) (tausoģantis)	SRIN-104W	150 g.	51,25
Ruginē duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Virti makaronai su fermentiniu sūriū 45%(tausoģantis)	AMLTN-17	165/15 g.	263,56
Pekino kopūstū salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (alieģ. citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40H	90 g.	77,21
Kefyras 2,5%	ĢERN-49A	150 g.	78,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

560,46

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa	Enerģinē vertē kcal
Daržoviņ sriuba (augalinis) (tausoģantis)	SRIN-104W	150 g.	51,25
Ruginē duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Skryļiai (tausoģantis)	AMLTN-18	150 g.	243,71
Grietinēs 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Kefyras 2,5%	ĢERN-49	200 g.	104,00
Gaivios vaisiņ salotos su jogurtu(obuo.banan.apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16

579,57

Pietūs V varianatas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa	Enerģinē vertē kcal
Daržoviņ sriuba (augalinis) (tausoģantis)	SRIN-104W	150 g.	51,25
Ruginē duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Grikiņ košē su mēsa(kiauliena) (tausoģantis)	IKRUOPN-61D	170/20 g.	280,19
Trošķintos morkos su grietinēs 30% padažu	GSALN-124H	100 g.	72,85
Geriamas vanduo	ĢERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

494,73

Cray

Puslapis14
Gintaras Paškauskas