

2 savaitė Trečiadienis 11 metų bei vyresnio amžiaus mokiniai
2019-09-11

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje kalakutienos maltinukai(Tausojant)	18A	160	26,33	18,3	21,79	305,12
Grietinės padažas	3P	30	0,53	5,76	5,808	60,29
Pekino salotos su agurkais ir alyv aliejum	7S	100	0,846	6,188	1,931	80,6
Mork.obuolių salotos su jogurtu	13S	50	0,83	0,36	4,395	24,11
Grikių kruopų košė	3Gar	100	6,08	4,79	33,29	197,28
Vanduo						
Vaisiai . Obuolys		210	2,28	0,9	41,82	168
		Iš viso:	36,90	36,30	109,03	835,40

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (Augalinis)	1Sr	150	1,86	1,68	15,095	84,98
Grietinė 30%		3	0,12	1,5	0,155	14,65
Kepta paukštienos šlaunelė (Tausojantis)	11A	100	24,12	19,19	0,68	271,77
Grietinės padažas	3P	20	0,36	3,84	3,872	40,19
Pekino salotos su agurkais ir alyv aliejum	7S	120	1,01	7,43	2,31	96,72
Grikių kruopų košė	3Gar	100	6,08	4,79	33,29	197,28
Vanduo		0,51				
Vaisiai. Obuolys		210	3,02	1,2	55,76	224
		Iš viso:	36,57	39,63	111,16	929,59

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti viso grūdo speltos varškėčiai	24A	200	31,16	18,76	63,04	545,5
Jogurtas 2,5%		30	1,41	0,75	1,47	18,27
Arbata be cukraus	1G	200				
		Iš viso:	32,57	19,51	64,51	563,77

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos file	10A	100	24,93	12,25	7,412	259,84
Grietinės padažas	3P	20	0,53	5,76	5,808	60,29
Pekino salotos su agurkais ir alyv aliejum	7S	100	0,846	6,188	1,931	80,6
Mork.obuolių salotos su jogurtu	13S	50	0,83	0,36	4,395	24,11
Grikių kruopų košė	3Gar	100	6,08	4,79	33,29	197,28
		Iš viso:	33,22	29,35	52,84	622,12

PATVIRTINTA
po“ mokyklos
1. liepos 10 d.
kymu Nr.V-27

Kaina eur
0,94
0,09
0,19
0,07
0,07
0
0,16
1,52

Kaina eur
0,07
0,58
0,06
0,23
0,07
0,35
0,16
1,52

Kaina eur
0,62
0,01
0,63

Kaina eur
0,54
0,06
0,19
0,07
0,07
0,93