

20 - -

2 savaitė penktadienis

Pusryčiai 8.05–8.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė						Energetinė vertė, kcal	
		1-3 m.	4-6 m.	Baltymai, g		Riebalai, g		Angliavandeniai, g		1-3 m	4-6 m
Manų kruopų košė	3-3/32T	150	200	5	6,7	3,3	4,5	27,74	37	160,89	214,6
Avižiniai sausainiai		40	50	2,2	2,78	1,3	1,65	13,02	16,28	72,88	91,10
Vaisių lėkštelė (bananai)		150	150	0,6	0,6			19,5	19,5	85,8	85,8
Nesaldinta arbata		150	150								
	Iš viso:			7,8	10,08	4,6	6,15	60,26	72,78	319,57	391,5

Pietūs 11.30–12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė						Energetinė vertė, kcal	
		1-3 m.	4-6 m.	Baltymai, g		Riebalai, g		Angliavandeniai, g		1-3 m	4-6 m
Rūgštynių sriuba	1-3/29AT	100	150	0,7	1,07	1,14	1,7	6,03	9,04	37,21	55,82
Viso grūdo duona		40	40	3	3	0,6	0,6	17,1	17,1	86,1	86,1
Grikių kiaulienos troškiny	11-5/100T	150	180	14,3	17,16	7,12	8,54	35,89	43,07	282,71	339,25
Gūžinių kopūstų salotos	2-1/2A	80	100	0,94	1,18	2,61	3,26	6,10	7,62	51,59	64,49
Vanduo		150	150								
	Iš viso:			18,9	22,41	11,47	14,1	65,12	76,83	457,61	545,66

TVIRTINU
 Ignalinos r. Didžiasalio „Ryto“ gimnazijos direktorė
 Jelena Tumanovienė _____
 (parašas)

20 - -

Pavakariai 15.05–15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė						Energetinė vertė, kcal	
		1-3 m.	4-6 m.	Baltymai, g		Riebalai, g		Angliavandeniai, g		1-3 m	4-6 m
Amžiaus grupė											
Pyragas pieniškas		50	50	3,9	3,9	1,9	1,9	32	32	191,4	191,4
Jogurtas		125	125	14,3	14,3	8,6	8,6	4	4	146	146
Nesaldinta arbata											
	Iš viso:			18,2	18,2	10,5	10,5	36	36	337,4	337,4
Iš viso (dienos davinio)				44,96	50,69	26,63	30,75	161,38	185,61	1114,58	1274,56