

3 savaitė antradienis
 val.

Pusryčiai 8.05–8.40

20 - -

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											
Ryžių kr.k.	3-3/36T	150	200	3,8	5,07	3,26	4,35	41,13	54,84	209,10	278,81
Sumuštinis su dešra	16-1/4	30/5/20	40/5/25	2,2	4,3	2,5	4,2	10,2	12	90,2	140,8
N.Arbata		150	150	-							
Vaisių lėkštelė (bananai)		150	150	0,6	0,6			19,5	19,5	85,7	85,7
	Iš viso:			6,6	9,97	5,76	8,55	70,83	86,34	385	505,31

Pietūs 11.30–12.20 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											
Agurkinė sriuba su bulvėmis ir perlinėmis kruopomis	1-3/25A T	100	150	4	4,9	1,8	2,1	6,3	9,3	95,9	112,2
Duona		30	40	2,2	3	0,5	0,6	12,8	17,1	64,6	86,1
Kiaulienos, morkų troškiny su porais	11-5/102 T	160	180	28,34	31,89	16,40	18,46	7,55	8,5	291,36	327,78
Kopūstų, morkų ir obuolių salotos	2-1/10A	70	90	0,71	0,91	3,64	4,69	5,62	7,23	58,15	74,77
Vanduo		150	150								
	Iš viso:			35,25	40,7	22,34	25,85	32,27	42,13	510,01	600,85

TVIRTINU

Ignalinos r. Didžiasalio „Ryto“ gimnazijos
direktorė

Jelena Tumanovienė

(parašas)

20 - -

Pavakariai 15.05–15.30 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.
Virtas kiaušinis	88-3/60	50	50	6,2	6,2	5,9	5,9	0,4	0,4	78,7	78,7
Duona su sviestu		25/4	30/5	4,1	5,4	5,2	7	20	25	155,5	169
	Iš viso:			10,3	11,6	11,1	12,9	20,4	25,4	234,2	247,70
Iš viso (dienos davinio):		52,15	62,27	39,2	47,3	123,5	153,87	1129,21	1353,86		