

6-10 METŲ MOKINIAMS

3 SAVAITĖ
TREČIADIENIS

PIETŪS 10-45-11-45

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis (A)	17Sr	150	3,83	6,26	14,7	124,07
Grietinė 30%(P)	17P	10	0,24	3	0,31	29,3
Duona(GL)	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kepta paukštienos file(T)	30 A	75	18,38	5,28	6,62	147,79
Bulvių košė su pienu(T)	3 Gar	50	1,17	1,91	8,24	54,27
Kopūstų salotos su agurkais,pomidorais(A)	2S	50	0,8	4,94	3,3	56,03
Vaisiai		200	1,52	0	27,88	112
Arbata su citrina	2Gėr.	150	0,04	0,02	7,97	31,25
Kepta paukštienos file(T)	30A	100				
Paukštienos kepinukai(paukštienos filė)(T)	32A	100				
Varškės apkepas	85A	150				
Virti makaronai su mėsa(kiaulienos kumpinė)(GL)	68A	75/100				
Iš viso:			28,94	22,05	86,08	640,79

LIETUVOS RESPUBLIKA
Mažeikių Kazimiero Jagmino pradinė mokykla