

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	503	150	3,77	3,25	12,59	94,72
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	839	120	29,38	15,67	12,74	309,51
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	530	100	4,21	4,13	28,29	167,14
Šviežių kopūstų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	108/ 109	55 (51/4)	0,92	4,12	2,80	51,95
Pomidorai skiltelėmis	275/ 276	50	0,50	0,10	2,05	11,10
Marinuoti agurkai	205/ 206	20	0,20	0,00	1,60	7,20
Vaisius (obuoliai) arba	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Vaisiai (kriaušės)	607	250	0,75	1,00	37,50	162,00
Pienas (2,5%) arba	217/ 218	200	6,52	5,00	9,32	108,36
Kefyras (2,5%)	566	200	6,00	5,00	8,00	101,00
Iš viso su obuoliu ir pienu:			48,75	33,75	109,73	937,62
Iš viso su obuoliu ir kefyru:			48,23	33,75	108,41	930,26
Iš viso su kriauše ir pienu:			48,5	33,72	119,73	976,39
Iš viso su kriauše ir kefyru:			47,98	33,72	118,41	969,03

TVIRTINU

Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė