

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Montvilos g.4, 76337 Šiauliai

4 savaitė
pirmadienis

Direktore

16

Vaida Markauskienė **TVIRTINU**
Šiaulių r. Šakynos mokyklos direktoriui

Vytautas Arvasevičius
20 18-11-02



Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Perlinių kruopų košė su aliejumi (augalinis)(tausojantis)	3-3/45	120	5,36	5,85	32,44	198,28
Pienas ekologiškas 2,5%		200	6,40	5,20	9,60	112,00
Iš viso:			11,76	11,05	42,04	310,28

Priešpiečiai 10.30 – 11.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Vaisiai		150	1,09	0,45	26,09	105,79
Iš viso:			1,09	0,45	26,09	105,79

Pietūs 12.00 – 13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis	9 Sr	120	1,64	2,85	6,92	57,48
Viso grūdo duona		20	1,36	0,22	10,60	49,80
Kiauliena su troškintais švž. kopūstais* (tausojantis)	5A	50/50	15,00	12,79	5,20	190,55
Virtos bulvės	1Gar	50	1,03	0,05	9,42	41,72
Daržovių salotos su aliejumi	2-1/3	80	0,85	2,20	3,28	30,58
Salotos lapinės		20	0,20	0,00	0,60	3,00
Iš viso:			20,26	18,17	35,92	374,19

Vakarienė 15.00 – 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Kepti varškėčiai (viso grūdo miltai) (tausojantis)	7-8/166	80	12,42	7,30	20,42	195,95
Grietinė jogurtinė 10%		15	0,45	1,50	0,60	17,85
Uogos*		40	0,00	0,00	4,40	17,60
Iš viso:			12,87	8,80	25,42	231,40
Iš viso (dienos davinio):			45,98	39,47	129,47	1021,66

*pagal sezoną

KIEKIŲ SĄRAŠAS
Gyvūninės kilmės produktai, mėsa ir mėsos produktai

Eil. Nr.	Produktų pavadinimas
	Viščiukų broilerių šlaunelės
✓	Kalakutienos file SALD,
✓	Kalakutų šlaunelių mėsa SALD,
✓	Viščiukų broilerių file be kaulo ir odos SALD,
	Viščiukų broilerių file be kaulo ir odos
✓	Kiaulienos kumpinė SVJ,
	Kiaulienos kumpinė
✓	Jautienos kumpinė
✓	Stirnienos nugarinė be kaulo
	Lašiniai nerūkyti
✓	Kiaulienos nugarinė
	Kiaulienos sprandinė
	Triušienos priekinės ir užpakalinės dalies ketvirčiai
✓	Veršienos kumpinė
✓	Veršienos nugarinė
✓	Pieniškos dešrelės arba lygiavertės
✓	Karštai rūkyta dešra "Saliamis" arba lygiavertė
	Karštai rūkytos "Medžiotojų" dešrelės arba lygiavertės
✓	Liežuvinis slėgtanis arba lygiavertis
	Virtas mėsos vyniotinis arba lygiavertis