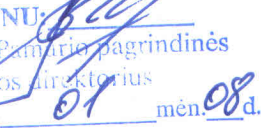


SAVAITĖS MENIU
Nemokamas maitinimas 1 – 4 kl. mokiniams

TVIRTINU: 
Šilutės Pamėris pagrindinės
mokyklos direktorius
2018 m. 01 mėn. 08 d.

PIRMADIENIS

Pavadinimas	Rp. Nr.	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Kcal.	Kaina
Burokėlių sriuba 250/10	1	2,47	8,17	18,62	150,87	0,16
Varškės apkepas 150	84	22,43	13,62	28,09	326,87	0,75
Grietinė 20/20	14/15	0,48	6,-	0,62	58,60	0,04
Uogienė 20	15	0,06	-	14,18	54,20	0,04
Sultys nat.. obuol. 200		0,76	0,10	24,76	105,-	0,25
Vaisiai 100		1,52	0,6	27,88	112,-	0,13
Duona 20		1,48	0,26	10,26	43,40	0,03
Viso:		29,20	28,75	124,41	850,94	1,40

ANTRADIENIS

Pavadinimas	Rp. Nr.	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Kcal.	Kaina
Agurkų sriuba 250/10	11	2,62	8,28	19,11	156,70	0,15
Kiaulienos šnicelis 75	15	15,87	14,64	6,35	229,34	0,45
Bulvių košė 100	4	2,95	3,79	16,19	106,76	0,09
Grietinės padažas 20	1	0,55	3,69	2,51	41,76	0,12
Šv. kopūstų salotos 50	1	0,63	5,64	4,44	66,82	0,15
Burokėlių salotos 50	16	0,05	0,05	10,98	61,50	0,15
Sultys 200	16	1,52	0,6	27,88	112,-	0,15
Vaisiai 100		1,48	0,26	10,26	43,40	0,11
Duona 20		0,53	5,76	1,59	60,29	0,03
Viso:		25,59	42,71	99,31	878,57	1,40

TREČIADIENIS

Pavadinimas	Rp. Nr.	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Kcal.	Kaina
Šv. kopūstų sriuba 200/10	6	2,46	8,24	14,17	132,88	0,20
Kalakutienos plovos 100/100	3	29,56	21,82	28,81	420,95	0,77
Morkų salot su česn ir majon. 40	11	0,42	2,02	3,51	30,78	0,13
Obuolių kompotas 200	12	0,23	0,20	21,09	83,55	0,15
Vaisiai 100		1,52	0,6	27,88	112,-	0,12
Duona 20		1,48	0,26	10,26	43,40	0,03
Viso:		35,67	33,14	105,72	823,56	1,40

KETVIRTADIENIS

Pavadinimas	Rp. Nr.	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Kcal.	Kaina
Bulvių sr. su perl.kruop. 250/10	14	2,13	5,28	17,48	119,80	0,12
Jautienos kotletas 75	28	13,09	14,37	13,44	232,29	0,55
Bulvių košė 100	4	2,25	3,79	16,19	106,76	0,09
Grietinės padažas 20	1	0,53	5,76	1,59	60,29	0,12
Burokėlių sal. su žal. žirn 50	17	1,26	7,26	6,20	88,13	0,16
Sultys 200		0,76	0,10	24,76	105,-	0,18
Vaisiai 100		1,52	0,60	27,88	112,-	0,15
Duona 20		1,48	0,26	10,26	43,40	0,03
Viso:		23,02	37,42	117,80	867,67	1,40

PENKTADIENIS

Pavadinimas	Rp. Nr.	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Kcal.	Kaina
Rugštynių sriuba su bul. 250/10	9	3,50	9,54	16,45	159,22	0,18
„Žemaičių „ blynai 200	56	14,26	18,92	50,10	421,18	0,69
Sviesto-griet. padažas 30	3	0,53	15,77	0,67	146,28	0,19
Sulčių gėrimas 200		0,05	0,05	10,98	61,50	0,16
Vaisiai 100		1,52	0,60	27,88	112,-	0,15
Duona 20		1,48	0,26	10,26	43,40	0,03
Viso:		21,34	29,37	105,67	943,58	1,40

Pietų kaina 1.40 eur.