Mitybos ir apsipirkimo planas (F4)

*Naudodamos šią formą žygio grupės suplanuoja savo mitybą žygio metu.*

**DofE apdovanojimus vykdanti organizacija**

**Žygio detalės**

Žygio tipas: O Bronzos bandomasis žygis O Bronzos kvalifikacinis žygis

O Sidabro bandomasis žygis O Sidabro kvalifikacinis žygis

O Aukso bandomasis žygis O Aukso kvalifikacinis žygis

Maitinimosi skaičius (kartais): \_\_ Pusryčiai \_\_ Pietūs \_\_ Vakarienė

Dalyvių skaičius grupėje: \_\_

**Mitybos planas**

**Diena nr. 1**

Pietūs:

Vakarienė:

Užkandžiai:

**Diena nr. 2**

Pusryčiai:

Pietūs:

Vakarienė:

Užkandžiai:

**Diena nr. 3**

Pusryčiai:

Pietūs:

Užkandžiai:

**Pirkinių sąrašas**

*Norėdami formą panaudoti įsivertinimui, užpildykite stulpelį „panaudota“. Šios grafos pildymas nėra privalomas.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pirkinys** | **Kiekis**  **NUPIRKTA** | **Kiekis**  **PANAUDOTA** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |