

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
1 priedas

Šiaulių „Rasos“ progimnazija

Kodas 190532096, Tiesos g. 1, Šiauliai, 8 650 95311, 8 650 95306, rasosp@splius.lt

Šiaulių valstybinei maisto ir veterinarijos tarnybai

(teritorinio padalinio pavadinimas)

PRAŠYMAS DĖL VALGIARAŠČIO DERINIMO

2019-01-30
(data)

Šiauliai
(vieta)

Prašome suderinti Šiaulių miesto ikimokyklinio ugdymo įstaigų 6-10 metų ir 11 ir vyresniųjų metų amžiaus grupių valgiaraščius.

Pageidaujame valgiaraščio vertinimo pažymą ir valgiaraščius gauti (*pažymėti*):

x – el. paštu (patvirtinant atsakingo ar jo įgalioto asmens elektroniniu parašu);

– kitomis elektroninėmis priemonėmis per kontaktinį centrą;

– paštu;

– tiesiogiai Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos teritoriniame padalinyje.

PRIDEDAMA:

1. 6-10 metų vaikų valgiaraštis.

2. 11 ir vyresniųjų vaikų valgiaraštis.

Laikintai einanti direktoriaus pareigas



Diana Tamutienė

L. Prichodkienė, tel. 8 6 03 27544.

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo 3 priedas

VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

(teritorinio padalinio pavadinimas)

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2018 m. spalio 29 d. Nr. VVP - 7884

Šiaulių rajono Gruzdžių gimnazija, S. Dariaus ir S. Girėno g. 31, Gruzdžiai, Šiaulių rajonas
(vaikų ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos arba vaikų poilsio stovyklos pavadinimas, adresas)

Šiaulių rajono Gruzdžių gimnazija, S. Dariaus ir S. Girėno g. 31, Gruzdžiai, Šiaulių rajonas
(valgiaraštį teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas, adresas)

Įvertintas 6 – 10 m. (priešpiečių, pietų); 11 ir vyresnių (pietų) vaikų amžiaus grupės
(1–3 m.; 4–7 m.; 6–10 m.; 11 m. ir vyresni ir kt.) (įrašyti tinkamą)

pusryčių / priešpiečių / pietų / pavakarių / vakarienių valgiaraštis.
(nereikalingą išbraukti)

Nustatytos neatitiktytys (teisės akto pavadinimas, straipsnis, dalis, punktas, papunktis ar kt.):
neatitikčių nenustatyta.

Vertinimo išvada: suderinta / nesuderinta
(nereikalingą išbraukti)



Viršininko pavaduotoja-valstybinė maisto
produktų inspektoriė
(vertinimą atlikusio asmens pareigos)

(parašas)
(parašas)

*
Arūnas Teišerskis

Audronė Mikalauskienė
(vardas ir pavardė)

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo 2 priedas

Šiaulių „Rasos“ progimnazija, Tiesos g. 1, LT-78203, Šiauliai

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

20

DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 m. ir vyresniems

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)



Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 17.00 val.



1 savaitė
Pirmadienis



Laikiniai einanči
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grūdėta varškė 7%		150g	18,00	10,50	4,05	181,50
Nesaldinta erškėtrožių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Traputis		10g	0,84	0,24	8,20	36,89
Iš viso:			18,84	10,74	12,25	218,39

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	250g	2,81	5,34	19,21	130,75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,77	5,98	36,27	216,83

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	150g	1,68	3,20	11,52	78,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,64	3,84	28,58	164,53

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	110g	27,12	19,02	2,23	286,04
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Brokolių salotos su agurkais, saulėgrąžomis, aliejaus padažu (augalinis)	49S	120g	5,26	18,90	8,48	214,85
Iš viso:			34,72	41,74	27,18	609,42

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su bananais (tausojantis)	75A	200/100g	17,13	12,94	92,82	547,51
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	160/40g	2,87	0,83	31,45	135,50
Iš viso:			20,00	13,77	124,27	683,01



Laikina einanči
direktojaus pareigas
Diana Tamutienė

2

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinių, moliūgų, morkų, avinžirnių troškiny (tausojantis, augalinis)	2AA	400g	16,88	15,80	86,48	570,80
Agurkai (šaltuoju sezonu metu- marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Ridikėliai	39S	50g	0,55	0,05	1,95	8,50
Iš viso:			18,33	16,05	91,63	593,30

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su (šviežiais ar) raugintais kopūstais (tausojantis)	6A	150/150g	45,33	29,50	15,05	490,06
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	110g	2,35	0,14	21,05	93,72
Iš viso:			47,68	29,64	36,10	583,78

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos troškiny su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)	3A	100/100	33,68	12,89	27,44	350,95
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis ir aliejaus padažu (augalinis)	13S	120g	4,19	17,36	9,29	199,22
Iš viso:			37,87	30,25	36,73	550,17

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos kukuliai (tausojantis)	19A	150g	44,31	13,94	6,34	350,96
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	13Gar	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	23S	150g	1,53	14,39	17,30	193,55
Iš viso:			48,06	32,17	38,94	646,66

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150 g



Likvidavusi
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

1 savaitė
Antradienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių dribsnių košė	112A	150g	6,47	5,17	27,93	184,08
Pienas 2,5%		150g	5,10	3,75	7,35	84
Iš viso:			11,57	8,92	35,28	268,08

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	1Sr	250g	2,36	5,24	17,79	120,82
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,32	5,88	34,85	206,90

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	1Sr	150g	1,41	3,14	10,67	72,49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,37	3,78	27,73	158,57

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos filė (tausojantis)	30A	200g	49,00	14,08	17,64	394,10
Virti avinžirniai (tausojantis)	14Gar	100g	10,58	2,53	24,79	161,77
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais su aliejaus padažu (augalinis)	2S	150g	2,18	7,80	7,40	97,53
Iš viso:			61,76	24,41	49,83	653,40

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	275g	41,38	28,50	45,26	607,40
Trinti konservuoti persikai	20P	100g	0,78	0,60	15,70	66,40
Iš viso:			42,16	29,10	60,96	673,80



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutiene

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su brokoliais (tausojantis, augalinis)	11AA	350g	9,08	41,28	44,52	481,43
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	70,05
Iš viso:			11,22	51,50	53,24	551,48

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su nešlifuotiems ryžiais (tausojantis)	3A	120/120g	36,00	19,01	33,05	435,31
Salierų salotos, agurkai, su aliejaus padažu (augalinis)	61S	120g	1,61	11,89	7,76	132,61
Iš viso:			37,61	30,90	40,81	567,92

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos filė kepsnys (tausojantis)	34A	150g	37,01	15,39	14,27	342,69
Bulvių košė su sviestu be pieno (tausojantis)	2Gar	100g	1,81	3,42	15,87	100,38
Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	3S	200g	3,36	10,48	13,52	147,64
Iš viso:			42,18	29,29	43,66	590,71

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	175/175g	50,82	26,98	53,55	506,31
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	120g	2,57	0,16	22,97	102,24
Iš viso:			53,39	27,14	76,52	608,55

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150 g



Laikinai einanti
direktoriaus pareigas
Diaga Tamutienė

1 savaitė
Trečiadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri perlinių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	104A	200g	6,70	1,27	50,73	226,99
Nesaldinta ramunėlių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,70	1,27	50,73	226,99

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	6,07	5,50	24,36	155,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,03	6,14	41,42	242,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	3,64	3,30	14,61	93,57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,60	3,94	31,67	179,65

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	62A	220g	44,00	26,20	13,86	462,16
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	13Gar	150g	3,33	5,76	22,95	153,23
Agurkai (šaltuoju sezono metu--marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Ėdikėliai	39S	50g	0,55	0,05	1,95	8,50
Iš viso:			48,78	32,21	41,96	637,89

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir nešlifuoatų ryžių apkepas (tausojantis)	87A	300g	43,45	33,34	38,43	628,77
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			44,77	33,81	47,41	668,97



Laikinas einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutiene

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais ir griekiais (augalinis, tausojantis)	5AA	300g	13,31	32,51	92,72	614,24
Iš viso:			13,31	32,51	92,72	614,24

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	29,81	22,61	10,09	357,69
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	100g	6,14	5,52	33,56	204,66
Agurkai (šaltuoju sezono metu marinuoti agurkai)	36S	100g	0,80	0,20	2,30	11,00
Pomidorai	37S	100g	1,00	0,20	4,10	17,00
Iš viso:			37,75	28,53	50,05	590,35

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom. padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	100/30/30	23,96	42,98	13,41	528,48
Biri nešlifotų ryžių košė (tausojantis)	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Pomidorų salotos su porais, nesaldinto jogurto padažu	33S	100g	2,04	0,40	4,43	24,10
Iš viso:			27,36	45,73	32,32	634,46

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	100g	19,07	16,73	11,75	272,73
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100g	5,79	5,24	22,33	166,33
Kopūstų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	1S	150g	2,40	14,82	9,90	168,09
Iš viso:			27,26	36,79	43,98	607,15

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150 g



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

1 savaitė
Ketvirtadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Traputis su avokado užtepėle	8Š	30/60g	3,84	14,13	29,79	246,12
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,84	14,13	29,79	246,12

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	6Sr	250g	1,92	5,31	8,56	80,75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,88	5,95	25,62	166,83

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	6Sr	150g	1,15	3,18	5,13	48,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,11	3,82	22,19	134,53

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su avinžirniais (tausojantis)	4A	150/150g	52,64	25,52	35,74	574,16
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	6S	150g	2,04	7,79	9,29	103,46
Iš viso:			54,68	33,31	45,03	677,62

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	83A	250g	39,18	26,78	41,41	574,00
Trinti bananai su trintomis braškėmis	14D	72/38g	1,80	0,37	20,25	85,14
Iš viso:			40,98	27,15	61,66	659,14



Laikinai einanti
direktrius patalga
Diana Tamutienė

8

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių-daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	400g	16,68	8,72	99,80	518,28
Daržovių padažas (augalinis)	15P	60g	1,26	6,12	5,22	84,06
Iš viso:			17,94	14,84	105,02	602,34

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	120g	26,65	14,12	14,38	289,51
Biri nešlifotų ryžių košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Salotos su špinatais, mangais, aliejaus padažu (augalinis)	56S	150g	2,12	14,79	7,95	164,87
Iš viso:			31,49	33,61	51,28	618,14

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	180g	45,76	11,00	7,31	304,15
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	100g	3,32	4,62	25,11	147,68
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais, aliejaus padažu (augalinis)	44S	180g	3,29	17,78	9,79	195,50
Iš viso:			52,37	33,40	42,21	647,33

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	31A	150g	36,66	25,00	1,02	380,58
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	6S	150g	2,04	22,38	24,29	103,46
Iš viso:			44,83	52,89	58,86	688,69

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150 g



Laikinai ėinanči
direktorius pareigas
Diana Tamutiėnė

1 savaitė
Penktadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su daržovėmis (tausojantis)	94A	100/31,3g	11,10	13,13	9,92	196,94
Pomidorai	37S	100g	1,00	0,20	4,10	17,00
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	6,53	43,04
Iš viso:			13,58	13,65	20,25	256,98

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	13Sr	250g	2,51	5,26	16,05	114,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,47	5,90	33,11	200,53

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	13Sr	150g	1,50	3,15	9,63	68,67
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,46	3,79	26,69	154,75

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	150g	30,80	17,82	16,40	348,09
Virti lėšiai (tausojantis)	14Gar	100g	12,78	0,58	28,14	157,77
Burokėlių salotos su ž. Žirneliais, mar.agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	20S	150g	3,80	14,22	13,76	183,29
Iš viso:			47,38	32,62	58,30	689,15

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške (tausojantis)	65A	210/140g	56,35	37,81	73,43	535,67
Konservuotų vaisių ir uogų desertas su jogurtu	4D	100/25g	1,50	0,35	14,58	63,65
Iš viso:			57,85	37,66	88,01	599,32



Laikini eitanči
direktorius pareigas
Diana Tamutienė

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Salierių blynai su saulėgražomis (augalinis, tausojantis)	1AA	350g	13,44	19,15	78,30	502,08
Daržovių padažas (augalinis)	15P	80g	1,70	8,18	6,98	112,08
Iš viso:			15,14	27,33	85,28	614,16

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	150g	29,02	11,98	8,10	260,54
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100g	5,79	5,24	22,33	166,33
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu (augalinis)	51S	150g	1,61	17,21	10,59	171,69
Iš viso:			36,42	34,43	41,02	598,56

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Laikiniai ehanai
direktorius pareigas
Diana Tamutienė

2 savaitė
Pirmadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	101A	150g	5,93	2,30	37,02	195,47
Uogienė	19P	15g	0,05	0,00	10,64	40,65
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,93	2,30	47,66	236,12

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)	2Sr	250g	4,48	5,39	22,74	145,73
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,44	6,03	39,80	231,81

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)	2Sr	150g	2,69	3,23	13,64	87,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,65	3,87	30,70	173,52

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	150g	31,96	21,06	17,42	382,32
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Ridikų salotos su obuoliais ir morkomis su aliejaus padažu (augalinis)	53S	140g	1,26	13,44	11,73	162,78
Iš viso:			35,36	34,63	48,29	630,30

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (varškė 9%) (tausojantis)	89A	300g	32,01	20,07	60,96	570,38
Ekologiškas jogurtas (Dobilas [®] su obuoliais ir grūdais)		100g	4,10	2,50	14,80	115,00
Iš viso:			36,11	22,57	75,76	685,38



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

12

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų apkepas (augalinis, tausojantis)	8AA	400g	10,93	17,36	49,28	357,49
Daržovių padažas (augalinis)	15P	130g	2,73	13,26	11,31	182,13
Iš viso:			13,66	30,62	60,59	539,62

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta veršiena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	30,27	16,45	10,57	325,17
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Ridikų salotos su obuoliais ir morkomis su aliejaus padažu (augalinis)	53S	150g	1,35	14,40	12,57	174,41
Iš viso:			33,96	34,67	39,61	608,11

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	100g	25,63	39,08	4,29	469,85
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	13Gar	100g	2,22	3,84	15,30	102,16
Daržovių salotos su kmynais, nesald. jogurto padažu	31S	150g	2,93	0,80	7,29	39,24
Iš viso:			30,78	43,72	26,88	611,25

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos jautienos kepsnys su kiaušiniu (tausojantis)	22A	100/40g	30,49	28,17	1,98	380,07
Bulvių-moliūgų košė (tausojantis)	12Gar	70g	1,58	2,84	10,05	70,87
Burokėlių salotos su agurkais, pupelėmis, majonezu	21S	120g	3,24	9,10	16,44	151,58
Iš viso:			35,31	40,11	28,47	602,52

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



2 savaitė
Antradienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	91A	70g	6,95	9,11	4,18	126,29
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Kakava su pienu be cukraus	1G	200g	4,24	3,35	6,70	68,60
Iš viso:			13,17	12,88	21,46	246,43

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	20Sr	250g	2,44	5,29	14,04	105,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,40	5,93	31,10	191,53

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	20Sr	150g	1,47	3,17	8,43	63,27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,43	3,81	25,49	149,35

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kalakutiena (šlaunelių mėsa) (tausojantis)	29A	150/60g	42,24	19,16	10,34	374,96
Virti lęšiai (tausojantis)	14Gar	100g	12,78	0,58	28,14	157,77
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika), aliejaus padažas (augalinis)	5S	150g	2,26	14,85	9,09	165,77
Iš viso:			57,28	34,59	47,57	698,50

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (varškė 9%) (tausojantis)	80A	150/150	35,68	17,16	71,78	573,68
Trintos uogos su jogurtu	10D	80/20g	1,44	0,42	15,73	67,75
Iš viso:			37,12	17,58	87,51	641,43



Laiškai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	165/165g	15,38	19,21	57,45	448,67
Daržovių padažas (augalinis)	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			16,45	24,32	61,81	518,72

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti paukštienos gabaliukai su pom.padažu ir svogūnais (tausojantis)	33A	150/40/40g	48,18	12,40	18,92	370,34
Biri nešlifuoatų ryžių košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika), aliejaus padažas (augalinis)	5S	130g	1,96	12,87	7,88	143,66
Iš viso:			52,86	29,97	55,75	677,76

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukuliai (tausojantis)	35A	200g	50,84	12,22	8,12	337,94
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	100g	3,32	4,62	25,11	147,68
Burokėlių salotos su keptais svogūnais (augalinis)	16S	100g	1,73	5,14	11,69	89,83
Pomidorai	37S	100g	1,00	0,20	4,10	17,00
Iš viso:			56,89	22,18	49,02	592,45

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-grikių troškinys (tausojantis)	5A	125/125	47,69	21,81	38,44	530,12
Pekininiai kopūstai su agurkais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	54S	150g	2,06	14,72	6,03	156,77
Iš viso:			49,75	36,53	44,47	686,89

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



2 savaitė
Trečiadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė su bananais ir trintomis braškėmis	5D	120/60/20g	15,71	10,64	17,28	230,55
Melisų arbata su citrina	1G	150g	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			15,75	10,66	17,76	232,18

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	250g	2,60	5,51	19,05	128,19
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,56	6,15	36,11	214,27

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	150g	1,56	3,30	11,43	76,91
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,52	3,94	28,49	162,99

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	100g	19,07	16,73	11,75	272,73
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Salierų salotos su agurkais, morkomis, aliejaus padažu (augalinis)	61S	120g	1,74	12,88	8,41	132,61
Iš viso:			36,94	35,12	53,71	609,99

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	300g	41,20	20,24	67,06	605,66
Banų desertas su jogurtu	3D	80/20	1,56	0,39	19,70	85,00
Iš viso:			42,76	20,63	86,76	690,66



Laikiniai emanti 16
direktorius pareigas
Diana Tamutienė

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų-cukinijų apkepas (tausojantis, augalinis)	9AA	350g	6,3	13,4	44,91	233,1
Daržovių padažas (augalinis)	15P	80g	1,70	8,18	6,98	112,08
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	200g	2,16	19,40	20,10	254,54
Iš viso:			10,16	40,98	71,99	599,72

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su paukštienos įdaru (tausojantis)	12A	120g	31,96	21,29	11,72	365,14
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100g	12,78	0,58	28,14	157,77
Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	3S	150g	2,52	7,76	10,14	110,74
Iš viso:			47,26	29,73	50,00	633,65

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su pupelėmis (tausojantis)	7A	150/100g	49,88	29,73	27,06	554,09
Salierių salotos su agurkais, morkomis, aliejaus padažu (augalinis)	61S	100g	1,34	9,91	6,47	110,51
Iš viso:			51,22	39,64	33,53	664,60

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos maltinukas su sūrio ir kiaušinio įdaru (tausojantis)	18A	100g	28,86	17,05	11,17	312,15
Sorų kruopų košė (tausojantis)	4Gar	75g	3,28	3,89	21,07	133,45
Morkų salotos su česnakų, aliejaus padažu (augalinis)	11S	150g	1,59	14,31	13,44	173,78
Iš viso:			33,73	35,25	45,68	619,38

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Laikinai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

2 savaitė
Ketvirtadienis *

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ekologiškas jogurtas „Dobilas“ su citrina ir imbieru		125g	4,50	4,00	15,37	116,25
Traputis		20g	1,68	0,48	16,40	73,80
		Iš viso:	6,18	4,48	31,77	190,05

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis)	22Sr	250g	1,63	9,52	9,27	124,07
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
		Iš viso:	4,59	10,16	26,33	210,15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis)	22Sr	150g	0,98	5,71	5,56	74,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
		Iš viso:	3,94	6,35	22,62	160,52

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos filė kepsnys (tausojantis)	34A	150g	37,00	15,39	14,26	342,72
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Morkų, obuolių, porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
		Iš viso:	40,69	33,66	45,37	632,41

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (varškė 9%) (tausojantis)	88A	250g	32,69	31,57	39,04	568,08
Trinti konservuoti persikai	19P	100g	0,78	0,60	15,70	66,40
		Iš viso:	33,47	32,17	54,74	634,48



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė
18

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su lęšiais ir žiediniais kopūstais (augalinis, tausojantis)	13AA	120/120g	23,28	31,40	63,80	596,92
Pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	33S	100g	1,20	9,58	5,06	104,27
Iš viso:			24,48	40,98	68,86	701,19

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su lęšiais (tausojantis)	7A	150/150g	49,06	23,32	26,52	498,28
Špinatų salotos su ridikėliais, salotomis, aliejaus padažu (augalinis)	55S	150g	2,06	14,74	5,42	154,06
Iš viso:			51,12	38,06	31,94	652,34

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	200g	50,84	12,22	8,12	337,94
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Morkų, obuolių, porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	200g	1,80	19,26	19,52	241,54
Iš viso:			54,78	31,61	46,78	664,68

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos troškiny su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)	3A	150/150g	53,76	17,94	41,32	527,48
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Burokėlių salotos su keptais svogūnais (augalinis)	16S	100g	1,73	5,14	11,69	89,83
Iš viso:			55,89	23,18	54,16	622,81

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Laiškai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

2 savaitė
Penktadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	64A	130g	7,57	6,99	29,08	218,62
Natūralus pomidorų padažas	5P	20g	0,78	0,10	4,74	22,00
Iš viso:			8,35	7,09	33,82	240,62

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	2,74	5,23	16,31	113,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,70	5,87	33,37	200,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	1,64	3,14	9,78	68,37
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,60	3,78	26,84	154,45

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašišos filė (tausojantis)	37A	100g	26,11	22,00	1,68	307,47
Biri nešlifuoti ryžių košė (tausojantis)	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis, aliejaus padažau (augalinis)	13S	150g	5,24	21,71	11,61	249,03
Iš viso:			32,71	46,06	27,77	638,38

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	14AA	150/150g	21,18	9,18	68,64	388,59
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	43S	200g	3,94	19,98	15,38	236,52
Iš viso:			25,12	29,16	84,02	625,11

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	120g	20,92	12,42	21,18	278,93
Sorų kruopų košė (tausojantis)	4Gar	100g	4,33	5,19	28,09	177,93
Burokėlių salotos su mar agurkais, ž. žirneliais, aliejaus padažu (augalinis)	20S	150g	3,80	14,22	13,76	183,29
Iš viso:			29,05	31,83	63,03	640,15

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

3 savaitė
Pirmadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūris su medumi	7D	60/30g	12,15	7,80	26,67	225,00
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	1G	200g	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			12,20	7,83	27,31	227,17

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	10Sr	250/10/10	3,66	9,61	17,02	162,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			5,14	9,93	25,55	205,81

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	10Sr	150/6/6	2,19	5,76	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			3,67	6,08	18,74	140,70

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos-kiaulienos maltinis (tausojantis)	16A	150g	30,50	20,15	17,63	368,60
Bulvių-moliūgų košė (tausojantis)	12Gar	100g	2,11	3,79	13,40	94,49
Kopūstų salotos su agurkais, konservuotais kukurūzais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	3S	200g	3,36	10,48	13,52	147,64
Iš viso:			35,97	34,42	44,55	610,73

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške (varškė 9%) (tausojantis)	74A	200/100g	36,30	24,27	73,44	652,76
Trinti bananai su trintomis braškėmis	14D	33/17g	0,82	0,17	9,21	38,70
Iš viso:			37,12	24,44	82,65	691,46



Laikintai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su lęšiais ir brokoliais (augalinis, tausojantis)	13AA	145/145g	22,68	30,39	62,12	580,32
Iš viso:			22,68	30,39	62,12	580,32

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	100g	26,68	18,21	8,55	305,67
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	13Gar	50g	1,11	1,92	7,65	51,08
Salierių stiebų salotos su agurkais, obuoliais, saulėgrąžomis ir aliejaus padažu (augalinis)	62S	150g	4,43	21,78	11,46	250,60
Iš viso:			32,42	41,91	27,66	607,35

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta jautiena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	32,48	25,46	10,41	393,11
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Burokėlių salotos su mar.agurkais, pupelėmis ir majonezu	21S	130g	4,32	9,93	16,78	160,54
Iš viso:			38,94	35,52	46,33	638,85

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos troškiny su avnižirniais (tausojantis)	4A	130/130g	47,53	19,55	31,04	508,85
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, aliejaus padažu (augalinis)	53S	150g	1,35	14,40	12,57	174,41
Iš viso:			48,88	33,95	43,61	683,26

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

3 savaitė
Antradienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu (tausojantis)	93A	110g	14,92	16,86	6,06	235,34
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			15,42	16,96	8,11	243,84

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (avinžirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	5,71	6,18	22,16	161,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,67	6,82	39,22	248,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (avinžirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	3,42	3,71	13,29	97,17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,38	4,35	30,35	183,25

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su griikiais (tausojantis)	5A	100/100g	32,31	21,34	30,75	435,22
Špinatų salotos su pekiniais kopūstais ir ridikėliais ir aliejaus padažu (augalinis)	55S	150g	2,06	14,75	5,12	153,47
Iš viso:			34,37	36,09	35,87	588,69

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės, morkų ir avižinių dribsnių blynai (tausojantis)	113A	270g	30,19	28,32	64,99	626,27
Rintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			31,51	28,79	73,97	666,47



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	200/200g	18,62	23,26	69,62	543,84
Daržovių apkepas (augalinis)	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			19,69	28,37	73,98	613,89

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos filė (tausojantis)	30A	150g	36,75	10,56	13,23	295,58
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			40,44	28,83	44,34	585,27

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutų šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	100g	21,23	12,55	9,51	235,04
Bulvių-moliūgų košė (tausojantis)	12Gar	100g	2,11	3,79	13,40	94,49
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, aliejaus padažu (augalinis)	18S	150g	4,17	21,83	20,94	273,80
Iš viso:			27,51	38,17	43,85	603,33

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	200/200g	69,76	23,04	21,52	556,42
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Iš viso:			71,90	23,17	40,66	641,62

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

3 savaitė
Trečiadienis



Laikiniai einanti
direktojaus pareigos
Diana Tamutienė

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė (tausojantis)	111A	150g	5,88	5,63	25,16	172,20
Uogienė	19P	20g	0,06		14,18	54,20
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,94	5,63	39,34	226,40

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir švž.kopūstais (tausojantis, augalinis)	3Sr	250g	3,94	5,39	15,72	113,72
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,90	6,03	32,78	199,80

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir švž.kopūstais (tausojantis, augalinis)	3Sr	150g	2,36	3,23	9,43	68,23
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,32	3,87	26,49	154,31

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	29,81	22,61	10,09	357,69
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	75g	2,49	3,47	18,83	110,69
Ridikų salotos su obuoliais, pekininiais kopūstais, paprika ir aliejaus padažu (tausojantis)	51S	150g	1,61	14,81	10,59	171,69
Iš viso:			33,91	40,89	39,51	640,14

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų paplotėliai (tausojantis)	114A	250g	17,18	17,40	103,85	627,88
Konservuotų vaisių ir uogų desertas su jogurtu	4D	80/20g	1,20	0,28	11,66	50,92
Iš viso:			18,38	17,68	115,51	678,80



Laikinas einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų kepsneliai (augalinis, tausojantis)	7AA	400g	9,52	17,52	74,42	383,80
Daržovių apkepas (augalinis)	15P	120g	2,57	12,26	10,46	168,72
Iš viso:			12,09	29,78	84,88	552,52

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15A	100g	21,67	14,99	10,93	262,96
Sorų kruopų košė (tausojantis)	4Gar	100g	4,33	5,19	28,09	177,93
Salierų salotos, agurkai su aliejaus padažu (augalinis)	61S	150g	2,01	14,87	9,71	165,77
Iš viso:			28,01	35,05	48,73	606,66

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos troškiny su pupelėmis (tausojantis)	7A	100/75g	35,93	22,66	18,36	404,81
Burokėlių salotos su raugintais kopūstais, aliejaus padažu (augalinis)	19S	170g	2,33	13,75	12,84	172,62
Iš viso:			38,26	36,41	31,20	577,43

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	100/30/30g	23,96	42,98	13,41	528,48
Biri nešlifuočių ryžių košė (tausojantis)	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Morkų, obuolių salotos su ėmoliūgų sėklomis, nesaldinto jogurto padažu	12S	100g	3,86	4,94	10,28	95,80
Iš viso:			28,91	49,80	35,27	689,78

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150 g



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Traputis su varškės ir avokado užtepėle	8Š	10/20g	1,48	7,96	10,41	111,18
Uogų kokteilis su jogurtu	14G	200g	3,70	1,90	19,40	102,00
Iš viso:			5,18	9,86	29,81	213,18

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	250g	1,88	5,19	12,09	98,93
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,84	5,83	29,15	185,01

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	150g	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,09	3,75	24,31	145,44

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	31A	150g	36,66	24,99	1,04	380,58
Biri nešlifiotų ryžių košė (tausojantis)	5Gar	50g	1,36	14,55	14,48	81,88
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	150g	1,62	14,55	15,08	190,91
Iš viso:			39,64	41,89	30,60	653,37

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų lakštų plokštainis su varške, špinatais (tausojantis)	69A	220/110g	42,99	29,11	47,84	606,85
Pomidorai savo sultyse		100g	2,00		7,00	32,00
Iš viso:			44,99	29,11	54,84	638,85



Laikiniai einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinių, moliūgų, morkų, žirnių troškiny (augalinis, tausojantis)	2AA	400g	14,77	13,83	75,67	499,45
Daržovių apkepas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			16,91	24,05	84,39	639,55

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	100g	22,21	11,77	11,98	241,26
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	100g	1,08	9,70	10,05	127,27
Iš viso:			27,88	24,83	66,69	582,86

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su avinžirniais (tausojantis)	4A	100/100g	35,09	17,02	23,83	382,78
Šviežių daržovių salotos su saulėgrąžomis, aliejaus padažu (augalinis)	8S	150g	4,29	23,45	13,40	267,41
Iš viso:			39,38	40,47	37,22	650,19

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiena (šlaunelės) (tausojantis)	29A	150/60g	37,83	33,31	9,70	482,49
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	100g	3,32	4,62	25,11	147,68
Agurkai (šaltuoju sezono metu- marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			42,05	38,13	38,01	644,17

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150 g

3 savaitė
Pentadienis



Laikinas einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	109A	150g	5,88	5,90	24,00	175,50
Pienas 2,5%		100g	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			9,28	8,40	28,90	231,50

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	16Sr	250g	6,81	5,57	24,01	161,72
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,77	6,21	41,07	247,80

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	16Sr	150g	4,09	3,34	14,40	97,03
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,05	3,98	31,46	183,11

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)	39A	100/100g	23,23	5,84	11,16	187,12
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Burokėlių salotos su ž. žimeliais, svogūnais, aliejaus padažu (augalinis)	18S	100g	2,70	14,55	13,96	182,53
Iš viso:			29,36	25,90	58,67	574,30

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis)	84A	220g	31,39	24,86	33,40	477,47
Trinti bananai su jogurtu	11D	80/20g	1,56	0,39	19,70	85,00
Iš viso:			32,95	25,25	53,10	562,47

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų ir pupelių apkepas (augalinis, tausojantis)	10AA	180/120g	16,71	12,9	64,23	383,34
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			18,85	23,12	72,95	523,44

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lašišos medalionų apkepas (tausojantis)	40A	100g	22,37	22,33	6,59	310,04
Biri nešlifotų ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,78
Kopūstų salotos su morkomis, obuoliais, aliejaus padažu (augalinis)	4S	100g	1,46	5,24	8,04	76,57
Iš viso:			26,55	32,27	43,58	550,39

*galima keisti įvairius gamyūrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

4 savaitė
Pirmadienis



Laikinas einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	110A	150g	5,72	5,46	34,86	215,44
Uogienė	19P	15g	0,05	0,00	10,64	40,65
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,72	5,46	45,50	256,09

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)	2Sr	250g	4,48	5,39	22,74	145,73
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,44	6,03	39,80	231,81

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)	2Sr	150g	2,69	3,23	13,64	87,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,65	3,87	30,70	173,52

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos jautienos kepsnys (tausojantis)	21A	150g	38,36	27,75	2,55	409,61
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	50g	2,62	14,81	6,96	159,84
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, salotomis, porais, aliejaus padažu (augalinis)	45S	150g	2,62	14,81	6,96	159,84
Iš viso:			42,05	42,63	19,08	612,05

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (varškė 9%), (tausojantis)	89A	150/100g	30,00	16,73	50,80	475,33
Ekologiškas jogurtas „Dobilas“ su obuoliais ir grūdais		100g	4,10	2,50	14,80	115,00
Iš viso:			34,10	19,23	65,60	590,33



Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų apkepas (augalinis, tausojantis)	8AA	400g	10,92	17,36	49,28	357,48
Daržovių padažas (augalinis)	15P	150g	3,21	15,33	13,08	210,15
Iš viso:			14,13	32,69	62,36	567,63

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos (sprandinė) troškiny su švž.troškintais kopūstais (tausojantis)	6A	100/100g	24,89	47,20	10,03	552,05
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Iš viso:			27,23	51,02	26,50	660,58

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Malti kiaulienos voleliai su morkomis (tausojantis)	24A	150g	21,68	18,41	26,31	348,68
Bulvių-moliūgų košė (tausojantis)	12Gar	100g	2,11	3,79	13,40	94,49
Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	3S	150g	2,52	7,86	10,14	110,73
Iš viso:			26,31	30,06	49,85	553,90

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	120g	25,56	16,85	13,94	305,86
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	13Gar	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Burokėlių salotos su agurkais, pupelėmis, majonezu	21S	150g	4,98	11,46	19,37	185,85
Iš viso:			32,76	32,15	48,61	593,86

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Laikinei einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutiene

4 savaitė
Antradienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	64A	130g	7,57	6,99	29,08	218,62
Natūralus pomidorų padažas	5P	20g	0,78	0,10	4,74	22,00
Iš viso:			8,35	7,09	33,82	240,62

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	20Sr	250g	2,44	5,29	14,04	105,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,40	5,93	31,10	191,53

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	20Sr	150g	1,47	3,17	8,43	63,27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,43	3,81	25,49	149,35

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	120g	26,65	14,12	14,38	361,89
Virti lęšiai (tausojantis)	14Gar	100g	12,78	0,58	28,14	157,77
Daržovių salotos su kmynais, aliejaus padažu (augalinis)	31S	120g	1,32	11,65	6,59	128,09
Iš viso:			40,75	26,35	49,10	647,75

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (varškė 9%), (tausojantis)	80A	150/150g	35,67	17,16	71,79	573,69
Uogų desertas su jogurtu	2D	80/20g	1,16	0,47	6,98	29,80
Iš viso:			36,83	17,63	78,77	603,49



Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	150/150g	13,98	17,46	52,23	407,88
Daržovių padažas (augalinis)	15P	120g	2,57	12,26	10,46	168,72
Iš viso:			16,55	29,72	62,69	576,60

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos filė kepsnys (tausojantis)	34A	150g	37,01	15,39	9,51	342,72
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	13Gar	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	35S	150g	1,35	14,33	5,49	148,31
Iš viso:			40,58	33,56	30,30	593,18

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukuliai (tausojantis)	35A	100g	25,46	10,69	4,87	212,36
Bulvių-moliūgų košė (tausojantis)	12Gar	100g	2,11	3,79	13,40	94,49
Pupelių, porų, obuolių salotos su aliejaus padažu (augalinis)	25S	150g	8,27	14,82	27,45	251,88
Iš viso:			35,84	29,30	45,72	558,73

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	170/170g	59,30	19,58	18,29	472,94
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Iš viso:			61,44	19,71	37,43	558,14

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

4 savaitė
Trečiadienis



Laikinas einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	91A	70g	6,95	9,11	4,18	126,29
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Kakava su pienu be cukraus	1G	200g	4,24	3,35	6,70	68,60
Iš viso:			13,17	12,88	21,46	246,43

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	250g	2,60	5,51	19,05	128,19
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,56	6,15	36,11	214,27

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	150g	1,56	3,30	11,43	76,91
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,52	3,94	28,49	162,99

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15A	120g	26,00	17,99	13,12	315,55
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Salierų salotos su agurkais, morkomis, aliejaus padažu (augalinis)	61S	150g	2,01	14,87	9,71	165,77
Iš viso:			31,08	35,61	39,60	583,65

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai varške (tausojantis)	82A	250g	34,33	16,85	55,88	504,73
Trinti kiviai su jogurtu	12D	80/20g	1,40	0,63	12,34	52,20
Iš viso:			35,73	17,48	68,22	556,93



Laikinas einanti
direktojaus pareigas
Diana Tamutienė

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų-cukinijų apkepas (augalinis, tausojantis)	9AA	180/120g	5,4	5,07	38,49	199,8
Daržovių padažas (augalinis)	15P	120g	2,57	12,26	10,46	168,72
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	150g	1,62	14,55	15,08	190,91
Iš viso:			9,59	31,88	64,03	559,43

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos-kiaulienos maltinukas (tausojantis)	26A	100g	29,32	13,18	6,92	272,21
Sorų kruopų košė (tausojantis)	4Gar	75g	3,25	3,89	21,07	133,44
Daržovių salotos su feta, aliejaus padažu	32S	100g	4,89	15,84	4,86	177,57
Iš viso:			37,37	32,91	32,85	538,22

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su lęšiais (tausojantis)	7A	100/75g	33,72	19,73	17,27	373,35
Morkų salotos su česnakų, aliejaus padažu (augalinis)	11S	150g	1,59	14,31	13,44	173,77
Iš viso:			35,31	34,04	30,71	547,12

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	100g	26,88	18,21	8,55	305,67
Biri nešlifotų ryžių košė (tausojantis)	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	100g	1,08	9,70	10,05	127,27
Iš viso:			30,00	31,44	40,31	555,76

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

4 savaitė
Ketvirtadienis



Laikinas einanti
direktoriaus pareigas
Diana Tamutienė

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ekologiškas jogurtas „Dobilas“ su citrina ir imbieru		125g	4,50	4,00	15,37	116,25
Traputis		20g	1,68	0,48	16,40	73,80
		Iš viso:	6,18	4,48	31,77	190,05

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis)	22Sr	250g	1,63	9,52	9,27	124,07
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
		Iš viso:	4,59	10,16	26,33	210,15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis)	22Sr	150g	0,98	5,71	5,56	74,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
		Iš viso:	3,94	6,35	22,62	160,52

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos troškiny su avinžirniais (tausojantis)	4A	125/125g	51,18	16,40	29,78	464,58
Špinatų salotos su pekiniais kopūstais, ridikėliais, aliejaus padažu (augalinis)	55S	150g	2,06	14,75	5,12	153,47
		Iš viso:	53,23	31,15	34,89	618,04

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (varškė 9%) (tausojantis)	88A	150/100g	35,68	28,25	37,95	542,58
Trintos braškės	15D	100g	0,90	0,40	9,70	41,00
		Iš viso:	36,58	28,65	47,65	583,58



Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su lęšiais ir žiediniais kopūstais (augalinis, tausojantis)	13AA	150/150g	6,42	30,87	32,49	405,90
Pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	33S	150g	1,80	14,37	7,59	156,41
Iš viso:			8,22	45,24	40,08	562,31

Pietūs val. *

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom. padažu, svogūnais (tausojantis)	33A	100/30/30g	32,69	8,52	13,79	254,05
Biri nešlifuotių ryžių košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Brokolių salotos su porais, obuoliais, aliejaus padažu (augalinis)	43S	150g	3,33	15,06	12,44	184,14
Iš viso:			38,34	28,28	55,18	601,95

Pietūs val. *

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	150g	38,13	9,17	6,09	253,46
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100g	5,79	5,24	22,33	166,33
Kopūstų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	1S	150g	2,40	14,82	9,90	168,09
Iš viso:			46,32	29,23	38,32	587,88

Pietūs val. *

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos filė (tausojantis)	30A	100g	24,50	7,04	8,82	197,05
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Špinatų salotos su pekininiais kopūstais, ridikėliais, aliejaus padažu (augalinis)	55S	150g	2,06	14,75	5,12	153,47
Iš viso:			32,69	27,29	47,49	555,17

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

4 savaitė
Penktadienis



Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė su bananais ir trintomis braškėmis	5D	120/60/20g	15,71	10,64	17,28	230,55
Melių arbata su citrina	1G	150g	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			15,75	10,66	17,76	232,18

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
----------------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val. **

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	2,74	5,23	16,31	113,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,70	5,87	33,37	200,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	1,64	3,14	9,78	68,37
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,60	3,78	26,84	154,45

Pietūs 12 val. *

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	100g	17,43	10,35	17,65	232,44
Biri ryžių (nešlifuoti) kruopų košė (tausojantis)	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Morkų, obuolių salotos su migdolų riežutais, aliejaus padažu (augalinis)	12S	150g	4,10	22,80	15,30	271,76
Iš viso:			23,57	36,68	54,66	627,02

Pietūs val. *

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	14AA	150/150g	21,18	9,18	68,64	388,59
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais, aliejaus padažu (augalinis)	43S	150g	2,96	14,99	11,54	177,39
Iš viso:			24,14	24,17	80,18	565,98

Pietūs val. *

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašišos filė (tausojantis)	37A	120g	31,33	26,40	2,02	368,96
Biri nešlifuoti kruopų košė (tausojantis)	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Troškinta daržovių asorti su jogurtinės grietinės-pomidorų padažu (tausojantis)	10Gar	150g	5,00	3,09	12,45	129,68
Iš viso:			37,69	31,84	28,95	580,52

*galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

** tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g