

## Druskininkų sav. Viečiūnų progimnazija

Viečiūnų miestl., Jaunystės g. 8

(įstaigos pavadinimas, adresas)

### 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

### 11 metų ir vyresnių

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 08:00 iki 17:00 val.

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**1 Savaitė, Pirmadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                            |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)      | SR-1    | 150.00    | 0.99                        | 1.76        | 7.02               | 48                   |
| Duona                                                      | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Kiaulienos troškiny su plikytais ryžiais (tausojantis)     | KR-01   | 250.00    | 26.88                       | 18.83       | 35.85              | 420                  |
| Morkų lazdelės (augalinis)                                 | SAL-01  | 40.00     | 0.4                         | 0.08        | 3.48               | 16                   |
| Agurkai marinuoti (augalinis)                              | SAL-025 | 40.00     | 0.32                        | 0.08        | 0.92               | 6                    |
| Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)       | SAL-078 | 50.00     | 0.66                        | 4.11        | 3.77               | 55                   |
| Vaisiai (augalinis)                                        | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su citrina                                          | GĖR-01  | 150.00    | 0.01                        | 0.01        | 0.18               | 1                    |
| * Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-1   | 60.00     | 16.02                       | 12.48       | 0.21               | 177                  |
| Iš viso:                                                   |         |           | 47.67                       | 38.42       | 94.26              | 914                  |
| Iš viso (dienos davinio):                                  |         |           | 47.67                       | 38.42       | 94.26              | 914                  |

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**1 Savaitė, Antradienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                     |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)       | SR-03   | 150.00    | 1.12                        | 2.62        | 6.97               | 56                   |
| Duona                                                               | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Vištienos krūtinėlės juostelės su sezamo sėklomis                   | Kr-952  | 140.00    | 35.21                       | 20.27       | 19.25              | 400                  |
| Bulvių košė su sviestu (tausojantis)                                | GAR-04  | 120.00    | 2.82                        | 3.9         | 20.42              | 128                  |
| Garintos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)                | Sal-542 | 40.00     | 0.8                         | 0.72        | 3.04               | 22                   |
| Paprikų lazdelės (augalinis)                                        | SAL-03  | 40.00     | 0.52                        | 0.2         | 2.64               | 14                   |
| Agurkų salotos su krapais (augalinis)                               | Sal-258 | 50.00     | 0.5                         | 1.46        | 1.55               | 21                   |
| Garstyčių-grietinėlių padažas                                       | Pdz-25  | 40.00     | 0.82                        | 10.18       | 1.52               | 101                  |
| Vaisiai (augalinis)                                                 | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su mėta                                                      | GÉR-02  | 150.00    | 0.01                        | 0           | 0.03               | 0                    |
| * Jogurtas indelyje (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)      | Nem-88  | 125.00    | 3.5                         | 3.13        | 11.38              | 88                   |
| * Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-89  | 50.00     | 3.43                        | 6.35        | 23.87              | 166                  |
| Iš viso:                                                            |         |           | 51.12                       | 49.9        | 133.5              | 1188                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                           |         |           | 51.12                       | 49.9        | 133.5              | 1188                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**1 Savaitė, Trečiadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                     |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Rūgštynių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)             | SR-05   | 150.00    | 1.01                        | 2.68        | 8.03               | 60                   |
| Duona                                                               | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Makaronų lakštų plokštainis su jautiena ir kiauliena (tausojantis)  | KR-2388 | 250.00    | 39.6                        | 29.18       | 55.3               | 642                  |
| Agurkai marinuoti (augalinis)                                       | SAL-025 | 40.00     | 0.32                        | 0.08        | 0.92               | 6                    |
| Garinti briuselio kopūstai (augalinis, tausojantis)                 | Sal-21  | 40.00     | 1.72                        | 0.8         | 2.52               | 24                   |
| Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)                         | Sal-24  | 50.00     | 0.52                        | 1.27        | 3.11               | 26                   |
| Vaisiai (augalinis)                                                 | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su citrina                                                   | GÉR-01  | 150.00    | 0.01                        | 0.01        | 0.18               | 1                    |
| * Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)                 | Nem-95  | 200.00    | 1.2                         | 0.2         | 19.8               | 86                   |
| * Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-89  | 50.00     | 3.43                        | 6.35        | 23.87              | 166                  |
| Iš viso:                                                            |         |           | 50.2                        | 41.64       | 156.56             | 1202                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                           |         |           | 50.2                        | 41.64       | 156.56             | 1202                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

**1 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                        |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis)                         | SR-066  | 150.00    | 1.18                        | 2.71        | 9.58               | 67                   |
| Moliūgų sėklos (augalinis)                                             | U-02    | 3.00      | 0.63                        | 1.26        | 0.23               | 15                   |
| Skrebučiai su česnakiniu aliejumi                                      | Už-963  | 20.00     | 1.9                         | 1.48        | 12.48              | 71                   |
| Vištiena saldžiarūgščiame padaže su daržovėmis (tausojantis)           | Kr-254  | 180.00    | 23.65                       | 6.79        | 16.83              | 223                  |
| Bulvių košė su sviestu (tausojantis)                                   | GAR-04  | 120.00    | 2.82                        | 3.9         | 20.42              | 128                  |
| Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)                       | GAR-11  | 40.00     | 0.46                        | 0.49        | 3.97               | 22                   |
| Agurkų lazdelės (augalinis)                                            | SAL-02  | 40.00     | 0.32                        | 0.08        | 0.92               | 6                    |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais ir kons. kukurūzais (augalinis)     | SAL-18  | 50.00     | 0.73                        | 4.16        | 3.34               | 54                   |
| Vaisiai (augalinis)                                                    | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su apelsinu                                                     | GĖR-03  | 150.00    | 0.02                        | 0           | 0.22               | 1                    |
| *Varškės sūrelis be glaisto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-65  | 100.00    | 15.67                       | 7.9         | 7                  | 162                  |
| Iš viso:                                                               |         |           | 48.18                       | 29.57       | 100.99             | 863                  |
| Iš viso (dienos davinio):                                              |         |           | 48.18                       | 29.57       | 100.99             | 863                  |

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**1 Savaitė, Penktadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                       |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Žirnių, miežinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) | SR-07   | 150.00    | 2.61                        | 2.64        | 13.71              | 89                   |
| Duona                                                                 | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Kepta lašišos filė (tausojantis)                                      | KR-14   | 130.00    | 33.8                        | 28.21       | 1.25               | 394                  |
| Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)                                 | GAR-52  | 120.00    | 3.54                        | 0.16        | 30.76              | 139                  |
| Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)                            | GAR-03  | 40.00     | 1.32                        | 0.98        | 2.51               | 24                   |
| Paprikų lazdelės (augalinis)                                          | SAL-03  | 40.00     | 0.52                        | 0.2         | 2.64               | 14                   |
| Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)                            | SAL-08  | 50.00     | 0.82                        | 2.06        | 4.93               | 42                   |
| Garstyčių-grietinėlių padažas                                         | Pdz-25  | 40.00     | 0.82                        | 10.18       | 1.52               | 101                  |
| Vaisiai (augalinis)                                                   | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su uogomis                                                     | GĖR-05  | 150.00    | 0.05                        | 0.02        | 0.49               | 2                    |
| * Jogurtas indelyje (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)        | Nem-88  | 125.00    | 3.5                         | 3.13        | 11.38              | 88                   |
| * Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)   | Nem-89  | 50.00     | 3.43                        | 6.35        | 23.87              | 166                  |
| Iš viso:                                                              |         |           | 52.8                        | 55          | 135.89             | 1250                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                             |         |           | 52.8                        | 55          | 135.89             | 1250                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**2 Savaitė, Pirmadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                     | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                           |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis, tausojantis)                     | SR-145  | 150.00    | 1.37                        | 2.42        | 9.37               | 65                   |
| Duona                                                                     | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Kiaulienos nugarinės kepsnys su sūriu                                     | Kr-213  | 130.00    | 32.35                       | 27.28       | 13.2               | 428                  |
| Virti griekiai (augalinis, tausojantis)                                   | GAR-65  | 120.00    | 5.29                        | 1.31        | 29.11              | 149                  |
| Apkeptos cukinijos (augalinis, tausojantis)                               | Sal-25  | 40.00     | 0.48                        | 0.64        | 1.36               | 13                   |
| Paprikų lazdelės (augalinis)                                              | SAL-03  | 40.00     | 0.52                        | 0.2         | 2.64               | 14                   |
| Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis) | Sal-268 | 50.00     | 0.62                        | 2.15        | 1.88               | 29                   |
| Grietinė-lės-pomidorų padažas                                             | PAD-081 | 40.00     | 0.86                        | 11.89       | 1.33               | 116                  |
| Vaisiai (augalinis)                                                       | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su apelsinu ir mėtų lapeliais                                      | GÉR-07  | 150.00    | 0.03                        | 0.01        | 0.35               | 2                    |
| *Varškės sūrelis be glaisto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)    | Nem-65  | 100.00    | 15.67                       | 7.9         | 7                  | 162                  |
| Iš viso:                                                                  |         |           | 59.58                       | 54.87       | 109.07             | 1168                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                                 |         |           | 59.58                       | 54.87       | 109.07             | 1168                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**2 Savaitė, Antradienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                         | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                               |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) | SR-09   | 150.00    | 1.43                        | 2.68        | 11.59              | 76                   |
| Duona                                                         | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Tarkuotų bulvių plokštainis                                   | Kr-465  | 250.00    | 9.07                        | 2.8         | 52.1               | 270                  |
| Grietinė 30 % riebumo (padažui)                               | PAD-021 | 40.00     | 0.96                        | 12          | 1.24               | 117                  |
| Pienas 2,5 % riebumo                                          | GĖR-11  | 150.00    | 5.1                         | 3.75        | 7.35               | 84                   |
| Vaisiai (augalinis)                                           | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su uogomis                                             | GĖR-05  | 150.00    | 0.05                        | 0.02        | 0.49               | 2                    |
| * Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)    | Nem-1   | 60.00     | 16.02                       | 12.48       | 0.21               | 177                  |
| Iš viso:                                                      |         |           | 35.02                       | 34.8        | 115.81             | 917                  |
| Iš viso (dienos davinio):                                     |         |           | 35.02                       | 34.8        | 115.81             | 917                  |

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**2 Savaitė, Trečiadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                   | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                         |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)      | SR-25   | 150.00    | 1.98                        | 2.41        | 9.38               | 67                   |
| Duona                                                                   | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Troškintas kiaulienos maltinukas su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis) | Kr-251  | 130.00    | 21.41                       | 23.94       | 14.85              | 361                  |
| Bulvių košė su sviestu (tausojantis)                                    | GAR-04  | 120.00    | 2.82                        | 3.9         | 20.42              | 128                  |
| Agurkai marinuoti (augalinis)                                           | SAL-025 | 40.00     | 0.32                        | 0.08        | 0.92               | 6                    |
| Paprikų lazdelės (augalinis)                                            | SAL-03  | 40.00     | 0.52                        | 0.2         | 2.64               | 14                   |
| Lapinės salotos su agurkais ir ridikėliais (augalinis)                  | Sal-214 | 50.00     | 0.6                         | 1.95        | 1.63               | 26                   |
| Vaisiai (augalinis)                                                     | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su citrina ir mėtų lapeliais                                     | GĖR-06  | 150.00    | 0.05                        | 0.02        | 0.49               | 2                    |
| * Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)     | Nem-89  | 70.00     | 4.81                        | 8.89        | 33.41              | 233                  |
| Iš viso:                                                                |         |           | 34.9                        | 42.46       | 126.57             | 1028                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                               |         |           | 34.9                        | 42.46       | 126.57             | 1028                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**2 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                               | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                     |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)                    | SR-10   | 150.00    | 1.28                        | 2.67        | 10.04              | 69                   |
| Duona                                                                               | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Kepta vištienos krūtinėlė                                                           | KR-058  | 130.00    | 33.36                       | 11.94       | 15.78              | 304                  |
| Perlinis kuskusas (tausojantis, augalinis)                                          | Kr-223  | 120.00    | 6.24                        | 1.93        | 37.11              | 191                  |
| Vynuoginiai pomidorai (augalinis)                                                   | SAL-05g | 40.00     | 0.4                         | 0.08        | 1.64               | 9                    |
| Agurkų lazdelės (augalinis)                                                         | SAL-02  | 40.00     | 0.32                        | 0.08        | 0.92               | 6                    |
| Kopūstų salotos su morkomis, agurkais, pomidorais, paprikomis ir porais (augalinis) | SI-5    | 50.00     | 0.62                        | 4.12        | 2.91               | 51                   |
| Kario-grietinėlių padažas                                                           | Pdz-585 | 40.00     | 0.66                        | 10          | 0.89               | 96                   |
| Vaisiai (augalinis)                                                                 | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su apelsinu ir mėtos lapeliais                                               | GÉR-07  | 150.00    | 0.03                        | 0.01        | 0.35               | 2                    |
| * Jogurtas indelyje (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)                      | Nem-88  | 125.00    | 3.5                         | 3.13        | 11.38              | 88                   |
| * Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)                                 | Nem-95  | 200.00    | 1.2                         | 0.2         | 19.8               | 86                   |
| Iš viso:                                                                            |         |           | 50                          | 35.23       | 143.65             | 1092                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                                           |         |           | 50                          | 35.23       | 143.65             | 1092                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

**2 Savaitė, Penktadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                     |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Daržovių trinta sriuba (tausojantis, augalinis)                     | SR-037  | 150.00    | 2.64                        | 2.82        | 11.77              | 83                   |
| Skrebučiai su česnakiniu aliejumi                                   | UŽ-963  | 20.00     | 1.9                         | 1.48        | 12.48              | 71                   |
| Kepta lydekos filė su sezamo sėklomis                               | Kr-258  | 130.00    | 21.01                       | 16.95       | 14.6               | 295                  |
| Bulvių košė su sviestu (tausojantis)                                | GAR-04  | 120.00    | 2.82                        | 3.9         | 20.42              | 128                  |
| Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)                    | GAR-11  | 40.00     | 0.46                        | 0.49        | 3.97               | 22                   |
| Paprikų lazdelės (augalinis)                                        | SAL-03  | 40.00     | 0.52                        | 0.2         | 2.64               | 14                   |
| Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir žirneliais (augalinis)  | SI-181  | 50.00     | 1.05                        | 2.6         | 5.11               | 48                   |
| Grietinėlių-pomidorų padažas                                        | PAD-081 | 40.00     | 0.86                        | 11.89       | 1.33               | 116                  |
| Vaisiai (augalinis)                                                 | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su uogomis                                                   | GÉR-05  | 150.00    | 0.05                        | 0.02        | 0.49               | 2                    |
| * Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-89  | 50.00     | 3.43                        | 6.35        | 23.87              | 166                  |
| * Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)          | Nem-1   | 40.00     | 10.68                       | 8.32        | 0.14               | 118                  |
| Iš viso:                                                            |         |           | 46.22                       | 55.82       | 122.82             | 1179                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                           |         |           | 46.22                       | 55.82       | 122.82             | 1179                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

**3 Savaitė, Pirmadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                        |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)          | SR-09   | 150.00    | 1.43                        | 2.68        | 11.59              | 76                   |
| Duona                                                                  | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Vištienos krūtinėlė užkepta daržovėmis ir sūriu                        | Kr-689  | 130.00    | 26.68                       | 11.89       | 13.7               | 269                  |
| Virti griikiai (augalinis, tausojantis)                                | GAR-65  | 120.00    | 5.29                        | 1.31        | 29.11              | 149                  |
| Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)                           | GAR-08  | 40.00     | 1.04                        | 0.97        | 2.64               | 23                   |
| Vynuoginiai pomidorai (augalinis)                                      | SAL-05g | 40.00     | 0.4                         | 0.08        | 1.64               | 9                    |
| Burokėlių salotos su kepintomis saulėgrąžomis (tausojantis, augalinis) | Sal-254 | 50.00     | 1.95                        | 4.51        | 6.01               | 72                   |
| Vaisiai (augalinis)                                                    | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su mėta                                                         | GĖR-02  | 150.00    | 0.01                        | 0           | 0.03               | 0                    |
| *Varškės sūrelis be glaisto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-65  | 100.00    | 15.67                       | 7.9         | 7                  | 162                  |
| Iš viso:                                                               |         |           | 54.86                       | 30.41       | 114.55             | 951                  |
| Iš viso (dienos davinio):                                              |         |           | 54.86                       | 30.41       | 114.55             | 951                  |

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

**3 Savaitė, Antradienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                     |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)                 | SR-08   | 150.00    | 4.32                        | 3.26        | 16.27              | 112                  |
| Duona                                                               | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Vištienos vėrinukai (tausojantis)                                   | Kr-1421 | 130.00    | 38.74                       | 10.22       | 4.25               | 264                  |
| Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)                               | GAR-52  | 120.00    | 3.54                        | 0.16        | 30.76              | 139                  |
| Paprikų lazdelės (augalinis)                                        | SAL-03  | 40.00     | 0.52                        | 0.2         | 2.64               | 14                   |
| Agurkai marinuoti (augalinis)                                       | SAL-025 | 40.00     | 0.32                        | 0.08        | 0.92               | 6                    |
| Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)                        | SAL-10  | 50.00     | 0.62                        | 4.53        | 2.76               | 54                   |
| Pomidorų padažas                                                    | PAD-10  | 40.00     | 0.48                        | 0           | 11.2               | 47                   |
| Vaisiai (augalinis)                                                 | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su citrina                                                   | GĖR-01  | 150.00    | 0.01                        | 0.01        | 0.18               | 1                    |
| * Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)          | Nem-1   | 40.00     | 10.68                       | 8.32        | 0.14               | 118                  |
| * Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-89  | 50.00     | 3.43                        | 6.35        | 23.87              | 166                  |
| Iš viso:                                                            |         |           | 65.05                       | 34.2        | 135.82             | 1111                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                           |         |           | 65.05                       | 34.2        | 135.82             | 1111                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

**3 Savaitė, Trečiadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                            |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)      | SR-11   | 150.00    | 3.32                        | 2.5         | 13.22              | 89                   |
| Duona                                                      | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis)          | KR-3722 | 250.00    | 17.73                       | 8.29        | 63.13              | 398                  |
| Grietinė 30 % riebumo                                      | PAD-02  | 40.00     | 0.96                        | 12          | 1.24               | 117                  |
| Vaisiai (augalinis)                                        | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Pienas 2,5 % riebumo                                       | GĖR-11  | 150.00    | 5.1                         | 3.75        | 7.35               | 84                   |
| Vanduo su apelsinu                                         | GĖR-03  | 150.00    | 0.02                        | 0           | 0.22               | 1                    |
| * Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)        | Nem-95  | 200.00    | 1.2                         | 0.2         | 19.8               | 86                   |
| * Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-1   | 40.00     | 10.68                       | 8.32        | 0.14               | 118                  |
| Iš viso:                                                   |         |           | 41.4                        | 36.13       | 147.93             | 1082                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                  |         |           | 41.4                        | 36.13       | 147.93             | 1082                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

**3 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                           | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                 |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir daržovėmis (tausojantis, augalinis) | SR-15   | 150.00    | 1.11                        | 2.46        | 8.05               | 59                   |
| Duona                                                                           | U-1     | 30.00     | 1.59                        | 0.27        | 16.83              | 76                   |
| Makaronai su jautiena ir grietinėle (tausojantis)                               | KR-232I | 250.00    | 23.77                       | 30.47       | 53.8               | 585                  |
| Vynuoginiai pomidorai (augalinis)                                               | SAL-05g | 40.00     | 0.4                         | 0.08        | 1.64               | 9                    |
| Garinti briuselio kopūstai (augalinis, tausojantis)                             | Sal-21  | 40.00     | 1.72                        | 0.8         | 2.52               | 24                   |
| Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)                                     | Sal-24  | 50.00     | 0.52                        | 1.27        | 3.11               | 26                   |
| Vaisiai (augalinis)                                                             | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su agurku                                                                | GĖR-04  | 150.00    | 0.02                        | 0           | 0.05               | 0                    |
| * Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)                             | Nem-95  | 200.00    | 1.2                         | 0.2         | 19.8               | 86                   |
| * Jogurtas indelyje (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)                  | Nem-88  | 125.00    | 3.5                         | 3.13        | 11.38              | 88                   |
| Iš viso:                                                                        |         |           | 34.63                       | 39.48       | 143.18             | 1067                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                                       |         |           | 34.63                       | 39.48       | 143.18             | 1067                 |

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

**3 Savaitė, Penktadienis**

**Pietūs 10:35 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                        |         |           | Baltymai, g                 | Riebalai, g | Angliavandeniai, g |                      |
| Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis)                         | SR-066  | 150.00    | 1.18                        | 2.71        | 9.58               | 67                   |
| Moliūgų sėklos (augalinis)                                             | U-02    | 3.00      | 0.63                        | 1.26        | 0.23               | 15                   |
| Skrebučiai su česnakiniu aliejumi                                      | Už-963  | 20.00     | 1.9                         | 1.48        | 12.48              | 71                   |
| Kepta upėtakio filė (tausojantis)                                      | Kr-257  | 130.00    | 27.2                        | 18.59       | 2.86               | 288                  |
| Bulvių košė su sviestu (tausojantis)                                   | GAR-04  | 120.00    | 2.82                        | 3.9         | 20.42              | 128                  |
| Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)                       | GAR-11  | 40.00     | 0.46                        | 0.49        | 3.97               | 22                   |
| Konservuoti kukurūzai (augalinis)                                      | SAL-16  | 40.00     | 1.16                        | 0.24        | 8.8                | 42                   |
| Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)                            | SI-18   | 50.00     | 1.37                        | 2.59        | 6.2                | 54                   |
| Citrininis-grietinėlių padažas                                         | Pdz-689 | 40.00     | 0.67                        | 10.01       | 1.01               | 97                   |
| Vaisiai (augalinis)                                                    | VAI-01  | 200.00    | 0.8                         | 0.8         | 26                 | 114                  |
| Vanduo su citrina ir mėtos lapeliais                                   | GĖR-06  | 150.00    | 0.05                        | 0.02        | 0.49               | 2                    |
| *Varškės sūrelis be glaisto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) | Nem-65  | 100.00    | 15.67                       | 7.9         | 7                  | 162                  |
| Iš viso:                                                               |         |           | 53.91                       | 49.99       | 99.04              | 1062                 |
| Iš viso (dienos davinio):                                              |         |           | 53.91                       | 49.99       | 99.04              | 1062                 |