

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

**Druskininkų savivaldybės Viečiūnų progimnazijos  
ikimokyklinio ugdymo skyrius „Linelis“**

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

**15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(vasaros sezonas)

1–3 metų vaikams

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7.00 val. iki 17.30 val.

1 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Grikių košė A,T		150	5,20	5,52	29,41	188,08
Sumuštinis su fermentiniu sūriu		20/5/20	6,51	8,29	8,29	133,75
Juodoji arbata		150	0	0,00	4,99	19,96
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>12,16</b>	<b>13,96</b>	<b>49,89</b>	<b>368,12</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Vištienos sultinys su makaronais (kv. miltai) *		150	1,72	3,4	9,85	76,86
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Vištienos maltinukas (kv. miltai, pienas)*, T		60	14,53	5,36	7,17	134,99
Virti makaronai (kv. miltai)*, T		60	2,59	2,08	16,75	96,12
Pomidorų ir šviežių agurkų salotos su aliejumi, A		50	0,52	4,12	2,33	47,14
Vanduo su citrina		150	0,02	0	0,07	0,35
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		100	0,9	0,3	14,4	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>21,76</b>	<b>15,50</b>	<b>59,73</b>	<b>452,84</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Virti varškėčiai T (kv. miltai, kiaušiniai)*		110	12,9	5,81	29,19	220,65
Sviesto-grietinės padažas		15	0,32	7,26	0,31	67,86
Arbata čiobrelių		150	0	0	5,00	19,98
<b>Iš viso:</b>			<b>13,22</b>	<b>13,07</b>	<b>34,50</b>	<b>308,49</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,14</b>	<b>42,53</b>	<b>144,12</b>	<b>1129,45</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojančias patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

1 savaitė

Antradienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Manų košė su trintomis braškėmis T (pienas, manai)*		150/10	5,33	4,13	29,67	177,17
Varškės desertas su konservuotu vaisiumi		40/22	6,06	3,29	4,66	72,49
Melisų arbata		150	0	0	4,99	19,96
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>11,84</b>	<b>7,57</b>	<b>46,52</b>	<b>295,95</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Žirnių sriuba A, T		150	3,89	3,41	14,42	103,92
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Kalakutienos kukulis T (kv. miltai, kiaušiniai, pienas)*		60	13,51	5,06	6,3	124,76
Virti ryžiai T,A		60	1,50	2,11	16,55	91,19
Pomidorai pjaustyti, A		50	0,3	0	2,00	9,20
Agurkai, A		70	0,49	0,00	1,96	9,80
Vanduo su apelsinu		150	0,03	0,01	0,36	1,59
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		100	0,9	0,3	14,4	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>22,10</b>	<b>11,13</b>	<b>65,15</b>	<b>437,84</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Makaronai su kiauliena T		80/40	12,16	8,66	31,10	251,03
Arbata liepžiedžių		150	0	0	5	19,98
<b>Iš viso:</b>			<b>12,19</b>	<b>8,66</b>	<b>36,1</b>	<b>271,01</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,13</b>	<b>73,49</b>	<b>221,26</b>	<b>1004,80</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

1 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Avižinių dr. košė su obuoliais, sviestu. (pienas, aviž. dr.)* <b>T</b>		150/15	5,84	5,43	28,26	185,23
Pilno grūdo duona su sviestu ir kiaušiniu*		30/6/27	5,64	8,65	13,08	157,72
Arbata žalia b/c		150	0,00	0,00	0,01	0,02
Sezoninės daržovės, <b>A</b>		50	0,45	0,1	3,35	14,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,93</b>	<b>14,18</b>	<b>44,70</b>	<b>356,97</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis, <b>A, T</b>		150	1,37	2,16	8,81	54,59
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Troškinta vištienos filė <b>T</b> (kv. miltai)*		50/20	16,27	6,92	1,92	135,01
Daržovių šiupinys <b>T, A</b>		60	1,27	1,81	6,59	47,74
Pomidorų salotos, <b>A</b>		50	0,3	0,00	2,00	9,20
Pekino kopūstų salotos su agurku ir aliejaus padažu <b>A</b>		50	0,67	3,13	2,62	41,28
Vanduo su šaldytomis uogomis		150	0,05	0	0,48	2,11
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		100	0,9	0,3	14,4	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>22,95</b>	<b>19,30</b>	<b>47,89</b>	<b>436,98</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Sklindžiai su varške <b>T</b>		100	15,26	10,34	23,37	247,62
Kefyras 2,5 %rieb.		150	5,10	3,80	7,40	90,00
<b>Iš viso:</b>			<b>20,36</b>	<b>14,14</b>	<b>30,77</b>	<b>337,62</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>55,24</b>	<b>47,62</b>	<b>123,36</b>	<b>1131,57</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

**A**-augalinis, **T**- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

1 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Omletas (pienas, kiaušiniai, kvietiniai miltai)* <b>T</b>		80	7,87	8,75	10,02	160,28
Juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Kons. žali žirneliai, <b>A</b>		15	0,68	0,05	1,93	10,83
Juodoji arbata		150	0	0	3,5	13,99
Sūrio lazdelė		20	5,3	4,20	0,1	59,00
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>15,78</b>	<b>13,39</b>	<b>31,91</b>	<b>315,15</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Šaltibarščiai su kiaušiniu		150/6	3,53	4,50	7,66	83,93
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	0,11	44,72
Trošk., jautienos kukulis, <b>T</b> (kv. miltai, kiaušinis, pienas)*		50	11,21	8,77	5,15	144,36
Virtos bulvės <b>T, A</b>		60	1,25	1,90	10,08	62,39
Salotos su agurkais, ridikėliais, špinatais ir aliejumi, <b>A</b>		50	0,69	7,99	1,89	44,50
Burokėlių salotos su aliejumi. <b>A</b>		50	0,93	2,50	6,64	52,75
Vanduo su citrina		150	0,02	0,00	0,07	0,35
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		100	0,9	0,3	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>20,01</b>	<b>26,20</b>	<b>46,00</b>	<b>485,66</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Varškės, morkų ir avižinių dribsnių blynėliai (pienas, kiaušiniai, kviet. miltai)* <b>T</b>		100	9,32	7,89	21,92	195,98
Uogienė		15	0,05	0	10,64	42,72
Arbata kmynų be cukraus		150	0	0	0,01	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>9,37</b>	<b>7,89</b>	<b>41,94</b>	<b>238,72</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45,16</b>	<b>47,48</b>	<b>119,85</b>	<b>1039,53</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

1 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Ryžių kruopų košė su sviestu T (pienas)*		150/3	4,01	3,95	33,31	184,81
Sumuštinis su trinta varške		21/23	2,88	1,53	12,28	74,46
Juoda arbata be cukraus		150	0	0	0	0,20
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>7,34</b>	<b>5,63</b>	<b>52,79</b>	<b>285,80</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, A,T		150	2,60	3,41	14,05	97,29
Grietinė 30%		4	0,1	1,2	0,11	11,64
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Žuvies apkepas (kiaušiniai)*, T		60	9,84	4,85	6,71	109,53
Bulvių košė su pienu* T		60	1,02	2,02	7,77	53,35
Pjaustytas pomidoras A		50	0,30	0,00	2,00	9,20
Kopūstų salotos su morkomis ir aliejumi, A		60	0,76	4,10	3,59	49,20
Vanduo su apelsinu		150	0,03	0,01	0,36	1,59
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		100	0,9	0,3	14,4	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>17,03</b>	<b>16,13</b>	<b>58,15</b>	<b>429,18</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Varškės apkepas T		120	19,74	12,38	21,05	274,63
Uogienė		15	0,05	0,00	10,64	42,72
Kefyras 2,5% rieš.		150	5,10	3,80	7,40	90,00
<b>Iš viso:</b>			<b>24,89</b>	<b>16,18</b>	<b>39,09</b>	<b>407,35</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,92</b>	<b>37,94</b>	<b>150,03</b>	<b>1122,33</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

2 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Grikių košė (pienas)*, T		150/4	5,20	5,52	29,41	188,08
Sūrio lazdelė		20	5,34	4,20	0,10	59,00
Juodoji arbata		150	0	0	5,00	19,98
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		100	0,9	0,3	14,4	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>11,44</b>	<b>10,02</b>	<b>48,91</b>	<b>319,72</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Žiedinių kopūstų sriuba A,T		150	5,25	4,77	8,10	96,35
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Vištiena su ryžiais T		150	22,77	5,61	17,64	212,15
Šviežias agurkas A		50	0,35	0,00	1,40	7,00
Morkų salotos A		50	0,56	3,05	5,07	49,91
Vanduo su apelsinu		150	0,03	0,01	0,36	1,59
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		100	0,90	0,30	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>31,34</b>	<b>13,98</b>	<b>56,13</b>	<b>464,38</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Varškės apkepas su ryžiais (kiaušiniai)* T		120	18,49	14,33	17,44	267,66
Uogienė ir natūralus jogurtas		12,5/12,5	0,63	0,5	9,45	44,80
Čiobrelių arbata b.c		150	0,00	0,00	0,01	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>19,12</b>	<b>14,83</b>	<b>26,90</b>	<b>312,48</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>61,9</b>	<b>38,83</b>	<b>131,94</b>	<b>1096,58</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

2 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
5-jų grūdų košė su sviestu (pienas)* T		150/2,5	5,47	4,18	31,73	186,36
Geriamas jogurtas		110	3,50	2,60	5,20	59,40
Žalia arbata		150	0,00	0,00	5,00	19,98
Sezoninės daržovės, A		50	0,45	0,10	3,35	14,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,42</b>	<b>6,88</b>	<b>45,28</b>	<b>279,74</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis, A, T		150	1,37	2,16	8,81	54,59
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Karališki balandėliai T (kiaušinis)*		80	18,83	9,41	6,15	176,57
Salotos su agurkais, ridikėliais, špinatais ir aliejumi, A		50	0,69	7,99	1,86	44,50
Virti griekiai, T		60	2,68	2,94	20,39	118,78
Vanduo su citrina		150	0,02	0,00	0,07	0,35
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		100	0,90	0,3	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>25,97</b>	<b>23,04</b>	<b>60,84</b>	<b>492,17</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Pieniška makaronų sriuba, T		200	4,66	6,04	17,84	144,39
Bandelė		60	5,22	1,14	30,96	154,98
Arbata juoda		150	0	0	5,00	19,98
<b>Iš viso:</b>			<b>9,88</b>	<b>7,18</b>	<b>53,80</b>	<b>322,35</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>74,21</b>	<b>37,10</b>	<b>159,92</b>	<b>1094,26</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.



2 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Miežinių kruopų košė su sviestu <b>T</b> (pienas, miežiai)*		150/3	5,09	4,19	27,67	168,73
Grūdų traputis su varškės užtepu		10/20	3,27	1,57	7,99	58,74
Kakava su pienu*		150	2,83	2,4	9,35	70,29
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>11,64</b>	<b>8,31</b>	<b>52,21</b>	<b>324,09</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Rūgštynių sriuba <b>A,T</b>		150	2,41	3,79	15,83	107,15
Grietinė 30%		4	0,10	1,20	0,11	11,64
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Kalakutienos kukulis <b>T</b> (kiaušiniai, kviet. miltai, pienas)*		60	13,01	7,12	8,32	149,40
Bulvių košė su pienu* <b>T</b>		60	1,02	2,02	7,77	53,35
Pekino salotos su pomidorais ir agurkais <b>A</b>		70	0,86	3,64	3,73	51,15
Vanduo su šaldytomis braškėmis		150	0,05	0,00	0,48	2,11
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		100	0,90	0,30	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>19,83</b>	<b>18,31</b>	<b>59,80</b>	<b>472,18</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Miltiniai blynai (Kiaušiniai ,kv. miltai)* <b>T</b>		100	6,60	4,79	37,50	219,63
Uogienės-jogurto padažas		10/10	0,50	0,40	7,56	35,84
Kmynų arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,01	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>7,10</b>	<b>5,19</b>	<b>45,07</b>	<b>255,49</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,57</b>	<b>31,81</b>	<b>157,08</b>	<b>1051,76</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojančias patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

2 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Manų košė su cinamonu (pienas)*, T		150	5,83	4,13	30,24	181,44
Sumuštinis su fermentiniu sūriu		20/5/20	6,51	8,29	8,29	133,75
Melisos arbata		150	0,00	0,00	5,00	19,98
Sezoninės daržovės, A		50	0,45	0,10	3,35	14,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,79</b>	<b>12,52</b>	<b>46,88</b>	<b>396,05</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Daržovių sriuba A,T		150	2,76	5,24	14,66	116,81
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Naminis kotletas (kiaušinis, pienas)* T		60	11,77	9,68	8,61	168,65
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais ir aliejumi, A		50	1,08	3,02	6,40	55,44
Virti ryžiai T		60	1,50	2,11	16,55	91,19
Pomidorų ir šviežių agurkų salotos su aliejumi, A		50	0,52	4,12	2,33	47,14
Vanduo su citrina		150	0,02	0,00	0,07	0,35
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		100	0,90	0,30	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>20,03</b>	<b>24,71</b>	<b>72,18</b>	<b>576,96</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Bulvių piršteliai su varške (kiaušinis)*, T		120	6,32	3,05	31,32	175,37
Sviesto – grietinės padažas		20	0,36	10,43	0,40	96,95
Arbata juoda be cukraus		150	0	0	0,01	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>6,68</b>	<b>20,16</b>	<b>51,89</b>	<b>272,34</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39,50</b>	<b>57,39</b>	<b>170,95</b>	<b>1245,35</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

2 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Ryžių košė T (pienas,)*		150/3	4,01	3,95	33,31	184,81
Sausainis		20	1,60	0,80	13,40	67,20
Juodoji arbata		150	0,00	0,00	5,00	19,98
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>6,06</b>	<b>4,90</b>	<b>58,91</b>	<b>298,32</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Šaltibarščiai su kiaušiniu		150/6	3,53	4,50	7,66	83,93
Pilno grūdo juoda duona		30	2,22	0,48	12,84	69,90
Žuvies maltinukas T		60	10,18	8,13	9,70	152,70
Bulvių košė T		60	1,02	2,02	7,77	53,35
Salotos su agurkais, ridikėliais, špinatais ir aliejumi, A		50	0,78	4,10	1,68	43,68
Švieži agurkai, A		50	0,35	0,00	1,40	7,00
Vanduo su šaldytomis uogomis		150	0,05	0,00	0,48	2,11
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, A		100	0,90	0,30	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>19,03</b>	<b>19,53</b>	<b>55,93</b>	<b>465,33</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Kepti varškėčiai (kiaušiniai, kv. miltai)*, T		100	16,62	11,37	26,86	276,25
Uogienė		15	0,05	0	10,64	42,72
Arbata mėtų		150	0	0	5,00	19,98
<b>Iš viso:</b>			<b>16,67</b>	<b>11,37</b>	<b>42,50</b>	<b>338,95</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,76</b>	<b>77,56</b>	<b>234,90</b>	<b>1102,60</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Ryžių košė su sviestu. (pienas)* <b>T</b>		150/3	4,01	3,95	33,31	184,81
Sumuštinis su daktariška dešra ir sviestu 82%		20/5/20	3,61	8,77	9,41	130,35
Juodoji arbata		150	0,00	0,00	5,00	19,98
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>8,07</b>	<b>12,87</b>	<b>54,92</b>	<b>361,47</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Burokėlių sriuba, <b>A, T</b>		150	1,45	3,29	11,93	83,27
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Jautienos ir kiaulienos maltinis (kiaušinis)* <b>T</b>		60	11,62	10,11	1,99	145,16
Salotos (lapinės, gūžinės) su pomidorais ir aliejumi, <b>A</b>		50	0,48	4,02	1,69	42,72
Švieži agurkai, <b>A</b>		50	0,35	0,00	1,40	7,00
Bulvių košė su pienu (pienas)* <b>T</b>		60	1,02	2,02	7,77	53,35
Vanduo su citrina		150	0,02	0,00	0,07	0,35
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		100	0,90	0,30	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>17,32</b>	<b>19,98</b>	<b>48,41</b>	<b>429,23</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Virti varškėčiai (kv. miltai, kiaušiniai) <b>T</b>		110	12,91	5,81	29,19	220,65
Sviesto-grietinėlės padažas <b>T</b>		15	6,51	8,29	8,29	133,75
Sausainis		20	1,6	0,80	13,40	67,20
Arbata mėtų		150	0,00	0,00	5,00	19,98
<b>Iš viso:</b>			<b>21,02</b>	<b>14,90</b>	<b>55,88</b>	<b>441,58</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,41</b>	<b>47,75</b>	<b>159,21</b>	<b>1232,28</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

**A**-augalinis, **T**- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais sviestu, <b>T</b> (pienas, avižos)*		150/15	5,84	5,43	28,26	185,23
Sūrio lazdelė		20	5,30	4,20	0,10	59,00
Žalia arbata		150	0,00	0,00	5,00	19,98
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>11,59</b>	<b>9,78</b>	<b>40,56</b>	<b>290,54</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Daržovių sriuba su žuvies gabalėliais, <b>T</b>		150/21	5,10	3,60	10,61	95,35
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Bulvių - cukinių plokštainis (kv. miltai, kiaušinis)*, <b>T</b>		140	5,15	4,30	29,07	175,59
Sviesto-grietinės padažas		20	0,43	9,68	0,41	90,48
Pomidorai pjaustyti, <b>A</b>		50	0,30	0,00	2,00	9,20
Vanduo su apelsinu		150	0,03	0,01	0,36	1,59
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		100	0,90	0,30	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>13,39</b>	<b>18,13</b>	<b>66,01</b>	<b>469,59</b>

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Pieniškės dešrelės <b>T</b>		60	7,38	15,18	0,00	166,15
Pomidorų padažas		10	0,25	0,00	2,18	9,72
Virti griekiai <b>A,T</b>		60	2,68	2,94	20,39	118,78
Arbata čiobrelių		150	0,00	0,00	5,00	19,98
<b>Iš viso:</b>			<b>10,31</b>	<b>18,12</b>	<b>27,57</b>	<b>314,63</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>35,29</b>	<b>46,03</b>	<b>134,23</b>	<b>1074,76</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Grikių košė su sviestu <b>T</b> (pienas, manai)*		150/4	5,20	5,52	29,41	188,08
Sumuštinis su trinta varške		21/23	2,88	1,53	12,28	74,46
Melisos arbata b.c		150	0,00	0,00	0,01	0,02
Sezoninės daržovės, <b>A</b>		50	0,45	0,10	3,35	14,00
<b>Iš viso:</b>			<b>8,53</b>	<b>7,15</b>	<b>45,05</b>	<b>276,56</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Šaltibarščiai su kiaušiniu		150/6	3,53	4,50	7,66	83,93
Troškinta vištienos filė su daržovėmis <b>T</b>		50/70	16,71	4,65	3,59	123,04
Virtos bulvės, <b>A,T</b>		80	1,66	2,31	13,44	81,19
Salotos su agurkais, ridikėliais, špinatais ir aliejumi <b>A</b>		50	0,78	4,1	1,68	43,68
Šviežias agurkas, <b>A</b>		50	0,35	0,00	1,40	7,00
Vanduo su šaldytomis uogomis		150	0,03	0,01	0,36	1,59
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		100	0,90	0,3	14,4	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>23,96</b>	<b>15,87</b>	<b>42,53</b>	<b>392,35</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Virtų bulvių kotletai su varške (kiaušinis)*, <b>T</b>		150	11,72	12,20	36,84	303,94
Sviesto-grietinės padažas		20	0,40	8,63	0,51	81,15
Kefyras 2,5%rieb.		150	5,10	3,80	7,40	90,00
<b>Iš viso:</b>			<b>17,22</b>	<b>24,63</b>	<b>44,75</b>	<b>475,09</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49,71</b>	<b>47,65</b>	<b>132,33</b>	<b>1144,00</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Manų košė su sviestu ir uogiene <b>T</b> (pienas.)*		150/10	5,33	4,13	29,67	177,17
Geriamas jogurtas		110	3,50	2,60	5,20	59,40
Juodoji arbata		150	0	0	5,00	19,98
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		50	0,45	0,15	7,2	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>9,28</b>	<b>6,88</b>	<b>47,07</b>	<b>282,88</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis <b>A,T</b>		150	2,69	3,63	16,99	111,35
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Kalakutiena su ryžiais, <b>T</b>		100	14,83	7,63	11,44	173,78
Pomidorai pjaustyti <b>A</b>		50	0,3	0,00	2,00	9,20
Agurkas <b>A</b>		50	0,35	0,00	1,40	7,00
Vanduo su apelsinu		150	0,06	0,02	0,49	2,33
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		100	0,9	0,3	14,4	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>20,61</b>	<b>11,55</b>	<b>55,88</b>	<b>401,04</b>

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Varškėčiai kepti orkaitėje (kiaušiniai, kv. miltai)*, <b>T</b>		100	16,62	11,37	26,86	276,25
Uogienės-jogurto padažas		12.5/12.5	0,63	0,50	9,45	44,80
Čiobrelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,01	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>17,25</b>	<b>11,87</b>	<b>36,32</b>	<b>321,07</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,14</b>	<b>30,30</b>	<b>139,17</b>	<b>1004,99</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

**A**-augalinis, **T**- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Omletas <b>T</b> (pienas, kiaušiniai, kv. miltai)*		80	7,86	8,75	10,02	150,27
Juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Konservuoti žali žirneliai, <b>A</b>		15	0,68	0,05	1,93	10,83
Juodoji arbata		150	0,00	0,00	5,00	19,98
Sausainis		20	1,60	0,80	13,40	67,20
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		50	0,45	0,15	7,20	26,33
<b>Iš viso:</b>			<b>12,07</b>	<b>9,99</b>	<b>56,70</b>	<b>376,03</b>

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Rūgštynių sriuba A,T		150	2,42	3,80	15,83	107,15
Grietinė 30%		4	0,10	1,20	0,10	11,70
Pilno grūdo juoda duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Kepta žuvis <b>T</b> ( kvietiniai miltai)*		60	12,32	3,55	3,71	96,12
Bulvių košė su pienu* <b>T</b>		60	1,02	2,02	7,77	53,35
Salotos su agurkais, ridikėliais, špinatais ir aliejumi, <b>A</b>		50	0,69	7,99	1,89	44,50
Burokėlių salotos su pupelėmis, <b>A</b>		50	2,93	3,17	10,21	81,04
Vanduo su citrina		150	0,02	0,00	0,07	0,35
Sezoniniai vaisiai ir/ar uogos, <b>A</b>		100	0,90	0,30	14,40	52,66
<b>Iš viso:</b>			<b>21,88</b>	<b>22,27</b>	<b>63,14</b>	<b>491,59</b>

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Varškės spygliukai (kiaušinis)*, <b>T</b>		140	12,59	7,02	23,49	207,67
Uogienė ir natūralus jogurtas		12,5/12,5	0,63	0,50	9,45	44,80
Arbata mėtų be cukraus		150	0,00	0,00	0,01	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>13,22</b>	<b>7,52</b>	<b>32,95</b>	<b>252,49</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,17</b>	<b>39,78</b>	<b>152,79</b>	<b>1120,11</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai.

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.