

Druskininkų sav. Viečiūnų progimnazija

Viečiūnų miestl., Jaunystės g. 8
(įstaigos pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų
(amžiaus grupė)

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

1 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su bananų griežinėliais (tausojantis, augalinis)	KOŠ-0185	130.00	3.73	4.52	27.63	166
Trinta varškytė su uogomis (P)*	U-06	70.00	7.77	4.38	7.42	100
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.82	9.22	45.45	312

Pietūs

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) (SA)*	SR-03	120.00	0.9	2.1	5.58	45
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G)*	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kiaulienos troškiny su plikytais ryžiais (tausojantis)	KR-01	140.00	12.61	9.52	24.03	232
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	20.00	0.23	0.24	1.98	11
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	SI-18	40.00	1.1	2.07	4.96	43
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
Iš viso:			16.2	15.65	48.61	400

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai su sėlenomis (tausojantis) (G, K, P)*	KR-165	120.00	16.08	8.35	26.34	245
Trintų uogų ir jogurto užpilas (P)*	Padž-247	15.00	0.4	0.32	1.46	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.8	8.99	38.2	301
Iš viso dienos davinio :			44.82	33.86	132.26	1013

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

1 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su kokosų drožlėmis (tausojantis, augalinis) (G)*	KOŠ-145	130.00	4.15	8.42	24.58	191
Trinta varškytė su persikais ir jogurtu (P)*	U-062	70.00	7.13	4.07	6.83	92
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.6	12.81	41.81	329

Pietūs

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) (SA)*	SR-1	120.00	0.79	1.41	5.62	38
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G)*	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Vištienos krūtinėlės juostelės su sezamo sėklomis (G, K, P, SE, VŠ)*	Kr-952	60.00	15.09	8.69	8.25	172
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-04	60.00	1.41	1.95	10.21	64
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	20.00	0.66	0.49	1.26	12
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	40.00	1.96	0.08	6.32	34
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	SAL-06	30.00	0.32	2.46	2.86	35
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			21.42	16.77	46.08	421

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai (G, K, P)*	KR-27	100.00	8.29	8.88	44.02	289
Obuolių džemas (augalinis)	Padž-124	15.00	0	0	2.85	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.49	9.08	53.37	329
Iš viso dienos davinio :			41.51	38.66	141.26	1079

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, SE - Sezamo sėklos ir jų produktai, VŠ - Vištiena

1 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška perlinio kuskuso kruopų sriuba (tausojantis) (P)*	Sr-247	130.00	4.77	5.18	17.56	136
Batonas su viso grūdo miltais, sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P)*	Už-215	24.00	3.7	4.41	6.5	80
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.79	9.91	34.46	262

Pietūs

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) (SA)*	SR-05	120.00	0.81	2.15	6.43	48
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G)*	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Makaronai su kalakutiena ir sūriu (tausojantis) (G, KI, P)*	Kr-325	120.00	13.32	10.73	27.18	259
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	40.00	0.41	1.02	2.48	21
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			16.13	15.68	49.24	403

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Konvekciniėje krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis, augalinis))	GAR-07	120.00	2.96	4.93	26.76	163
Pienas 2,5 % riebumo (P)*	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Iš viso:			9.45	9.2	50.5	323
Iš viso dienos davinio :			34.37	34.79	134.2	987

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, KI - Kalakutiena

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su augaliniu gėrimu (tausojantis) (G) [*]	KOŠ-048	130.00	3.15	6.43	26.65	177
Trinta varškutė su uogomis (P) [*]	U-06	60.00	6.66	3.76	6.36	86
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.21	10.59	46.01	320

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-066	120.00	0.95	2.17	7.66	54
Moliūgų sėklos (augalinis)	U-02	2.00	0.42	0.84	0.15	10
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G) [*]	UŽ-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Vištienos maltinukas su varške (tausojantis) (G, K, P, VŠ) [*]	Kr-212	60.00	13.58	5.42	4.1	120
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	20.00	0.23	0.24	1.98	11
Cukinių lazdelės (augalinis, tausojantis)	Sal-255	20.00	0.24	0.02	0.68	4
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir kons. kukurūzais (augalinis)	SAL-18	40.00	0.58	3.33	2.67	43
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			19.09	15.42	38.69	370

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su persikais (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-197	100.00	15.25	11.99	18.83	244
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.19	12.84	28.64	295
Iš viso dienos davinio :			45.49	38.85	113.34	985

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, VŠ - Vištiena

1 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su augaliniu kokosų gėrimu (tausojantis, augalinis)	KOŠ-057	130.00	2.89	5.86	30.44	186
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	70.00	1.05	0.79	6.95	39
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			4.26	6.97	47.79	271

Pietūs

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) (G, SA) [*]	SR-07	120.00	2.08	2.12	10.96	71
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kepta lašišos filė (tausojantis) (Ž) [*]	KR-14	70.00	18.2	15.19	0.67	212
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	70.00	2.67	0.83	15.88	82
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	20.00	0.66	0.49	1.26	12
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Agurkų ir ridikėlių salotos su krapais (augalinis)	Sal-259	40.00	0.39	0.85	1.27	14
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
Iš viso:			25.34	19.76	42.8	450

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su vištiena ir sūriu (tausojantis) (G, P, VŠ) [*]	KR-1151	120.00	14.8	9.74	27.18	256
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			15.74	10.26	42.1	324
Iš viso dienos davinio :			45.34	36.99	132.69	1045

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, VŠ - Vištiena

2 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu, augaliniu avižų gėrimu ir sėlenom (tausojantis, augalinis) (G)*	KOŠ-064	160.00	3.46	5.74	28.67	180
Sūrio lazdelė (P)*	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.2	10.3	41.74	296

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais ir grietinėle (tausojantis) (P, SA)*	SR-144	120.00	1.41	4.05	9.33	79
Duona (G)*	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kiaulienos ir jautienos maltinukas su sėlenomis (tausojantis) (G, K)*	Kr-284	70.00	13.19	7	9.39	153
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	70.00	2.67	0.83	15.88	82
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	40.00	0.41	1.02	2.48	21
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			19.17	13.23	50.26	397

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (G, K, P)*	KR-10	100.00	16.63	12.88	18.31	256
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-06	10.00	0.44	0.38	0.47	7
Obuolių džemas (augalinis)	Padž-124	1.00	0	0	0.19	1
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.39	13.58	29.37	309
Iš viso dienos davinio :			45.76	37.11	121.37	1003

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

2 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su augaliniu avižų gėrimu (tausojančias, augalinis)	KOŠ-034	120.00	1	6.18	20.3	141
Sumuštinis su viso grūdo batonu, vištiena ir agurku (G, P, VŠ) [*]	U-124	42.00	4.79	5.3	9.48	105
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			6.07	11.76	38.88	286

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių ir perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojančias, augalinis) (G, SA) [*]	SR-094	120.00	3.46	2.28	12.58	85
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Bulvių plokštainis (G, K, P) [*]	Kr-46	120.00	3.74	2.92	23.9	137
Grietinė 30 % riebumo (padažui) (P) [*]	PAD-021	15.00	0.36	4.5	0.47	44
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Iš viso:			14.12	14.03	68.52	457

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Blynėliai su bananais (G, K, P) [*]	KR-26	100.00	7.4	7.93	38.45	255
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	15.00	0.08	0.02	2.1	9
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	10.00	0.44	0.38	0.47	7
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	60.00	0.24	0.24	7.8	34
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.16	8.57	48.82	305
Iš viso dienos davinio :			28.35	34.36	156.22	1048

^{*}**Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, VŠ - Vištiena

2 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	KOŠ-0118	120.00	3.84	4.94	21.07	144
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			14.6	13.17	38.89	332

Pietūs

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) (SA) [*]	SR-25	120.00	1.58	1.93	7.5	54
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Troškintas kalakutienos maltinukas su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis) (K, KI, P) [*]	Kr-252	70.00	12.95	11.52	5.51	178
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Pomidorų salotos su jogurtu ir krapais (P) [*]	Sal-977	40.00	0.58	0.23	1.85	12
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			18.37	17.79	40.11	394

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinio kuskuso kruopos su vištiena ir sūriu (tausojantis) (P, VŠ) [*]	KR-1152	120.00	15.42	10.19	27.11	262
Cukinių lazdelės (augalinis, tausojantis)	Sal-255	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.48	10.68	42.36	331
Iš viso dienos davinio :			49.45	41.64	121.36	1058

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, KI - Kalakutiena, VŠ - Vištiena

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su augaliniu kokosų gėrimu (tausojantis, augalinis)	KOŠ-057	130.00	2.89	5.86	30.44	186
Trinta varškytė su uogomis (P)*	U-06	60.00	6.66	3.76	6.36	86
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.87	9.94	47.2	318

Pietūs

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) (G, SA)*	SR-10	120.00	1.03	2.13	8.03	55
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G)*	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Vištienos krūtinėlės blynėliai (K, P, VŠ)*	Kr-245	100.00	19.28	8.6	5.41	176
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	60.00	1.77	0.08	15.38	69
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.4	21
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	30.00	0.99	0.73	1.88	18
Agurkų ir pomidorų salotos su krapais (augalinis)	Sal-2585	40.00	0.44	1.16	1.64	19
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
Iš viso:			25.29	14.5	48.34	425

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti kiaušiniai (K)*	Kr-456	100.00	12.3	13.7	0.7	175
Batonas su viso grūdo miltais (G)*	U-1187	20.00	1.58	0.9	10.38	56
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	30.00	1.47	0.06	4.74	25
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Obulių sultys (augalinis)	GĖR-10	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			15.74	14.87	31.51	323
Iš viso dienos davinio :			50.9	39.31	127.05	1066

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, VŠ - Vištiena

2 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kviečių dribsnių košė su augaliniu avižų gėrimu ir bananais (tausojantis, augalinis) (G) [*]	KOŠ-105	140.00	3.52	5.96	26.53	174
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	70.00	1.05	0.79	6.95	39
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			4.97	7.15	46.48	270

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta batatų sriuba (tausojantis, augalinis) (P, SA) [*]	SR-064	120.00	1.23	4.2	12.27	92
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G) [*]	Už-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Kepta lydekų filė su sezamo sėklomis ir sūriu (G, K, P, SE, Ž) [*]	Kr-256	70.00	14.52	12.38	8.64	204
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Agurkų salotos su krapais ir jogurtu (P) [*]	Sal-256	40.00	0.59	0.27	1.37	10
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			19.93	20.4	46.18	448

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės - bulvių kukulaičiai (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-22	100.00	8.96	4.39	26.45	181
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	15.00	0.36	4.5	0.47	44
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	120.00	4.08	3	5.88	67
Iš viso:			13.72	12.21	43.2	338
Iš viso dienos raciono :			38.62	39.76	135.86	1056

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

3 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų dribsniai su pienu (P) [*]	Sr-245	120.00	5.97	3.69	27.8	168
Natūralus jogurtas su granola (P) [*]	Už-247	60.00	3.3	3.7	6.95	74
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	60.00	0.24	0.24	7.8	34
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			14.85	11.79	42.62	336

Pietūs

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) (G, SA) [*]	SR-09	120.00	1.15	2.15	9.27	61
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kalakutienos troškiny su plikytais ryžiais (tausojantis) (KI) [*]	Kr-95	130.00	15.66	8.18	15.68	199
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	20.00	0.23	0.24	1.98	11
Burokėlių salotos su kepintomis saulėgrąžomis (tausojantis, augalinis)	Sal-254	40.00	1.56	3.61	4.81	58
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			19.83	14.41	43.6	383

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių košė su žirniais, morkomis ir augaliniu avižų gėrimu (tausojantis, augalinis)	Kr-247	120.00	6.7	4.79	26.05	174
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	30.00	0.34	0.37	2.98	17
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			12.54	9.31	49.38	331
Iš viso dienos davinio :			47.22	35.51	135.6	1051

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, KI - Kalakutiena

3 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu, augaliniu avižų gėrimu ir sėlenom (tausojantis, augalinis) (G) [*]	KOŠ-064	160.00	3.46	5.74	28.67	180
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.2	10.3	41.74	296

Pietūs

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) (SA) [*]	SR-08	120.00	3.46	2.61	13.02	89
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Vištienos maltinukas (tausojantis) (G, K, VŠ) [*]	Kr-216	60.00	14.34	4.46	3.5	112
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	70.00	2.67	0.83	15.88	82
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	30.00	0.99	0.73	1.88	18
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.4	21
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	SAL-06	40.00	0.43	3.28	3.81	46
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			23.58	12.23	54.2	421

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-16	120.00	15.8	8.27	25.27	239
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Obuolių džemas (augalinis)	Padž-124	20.00	0	0	3.8	15
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.78	9.16	40.18	310
Iš viso dienos davinio :			49.56	31.69	136.12	1028

*** Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salieriai ir jų produktai, VŠ - Vištiena

3 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu (tausojantis) (K, P) [*]	KR-45	100.00	13.22	15.31	1.53	197
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	30.00	1.47	0.06	4.74	25
Obuolių sultys (augalinis)	GĖR-10	120.00	0.12	0.12	12	50
Iš viso:			16.11	15.73	30.18	327

Pietūs

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) (SA) [*]	SR-11	120.00	2.66	2	10.58	71
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Varškės apkepas su morkomis (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-11	100.00	14.54	11.06	19.53	236
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			19.51	14.3	58.16	439

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su augaliniu kokosų gėrimu (augalinis) (G, K, P) [*]	Kr-9568	100.00	7.42	8.54	41.77	274
Obuolių džemas (augalinis)	Padž-124	15.00	0	0	2.85	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	60.00	0.24	0.24	7.8	34
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.66	8.78	52.42	319
Iš viso dienos davinio :			43.28	38.81	140.76	1085

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su bananų griežinėliais (tausojantis, augalinis)	KOŠ-0185	150.00	4.3	5.22	31.88	192
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	60.00	0.9	0.68	5.96	34
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			5.52	6.22	48.24	271

Pietūs

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) (SA) [*]	SR-15	120.00	0.88	1.96	6.44	47
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Makaronai su jautiena ir grietinėle (tausojantis) (G, P) [*]	KR-232I	120.00	11.41	14.62	25.82	281
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-10	40.00	0.5	3.63	2.2	43
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
Iš viso:			14.35	21.97	47.34	444

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-04	100.00	16.19	11.97	16.34	238
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	15.00	0.08	0.02	2.1	9
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	10.00	0.44	0.38	0.47	7
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.03	12.69	29.31	300
Iš viso dienos davinio :			36.9	40.88	124.89	1015

*** Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

3 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
5 grūdų dribsnių košė su augaliniu kokosų gėrimu (augalinis, tausojantis) (G)*	KOŠ-083	130.00	3.54	5.57	22.18	153
Batonas su viso grūdo miltais, sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P)*	UŽ-215	24.00	3.7	4.41	6.5	80
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.64	10.38	41.68	291

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinio kuskuso kruopų ir lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA)*	SR-072	100.00	3.85	1.85	16.43	98
Duona (G)*	U-1	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Kepta lašišos filė (tausojantis) (Ž)*	KR-14	70.00	18.2	15.19	0.67	212
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	60.00	1.77	0.08	15.38	69
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	30.00	0.99	0.73	1.88	18
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Lapinės salotos su agurkais ir ridikėliais (augalinis)	Sal-214	40.00	0.48	1.56	1.3	21
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			26.26	19.6	44.72	460

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su vištiena ir sūriu (G, K, P, VŠ)*	Kr-5868	100.00	16.94	9.76	22.25	245
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			18.31	10.8	35.34	312
Iš viso dienos davinio :			52.21	40.78	121.74	1063

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, VŠ - Vištiena

4 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su augaliniu kokosų gėrimu (tausojantis, augalinis)	KOŠ-057	130.00	2.89	5.86	30.44	186
Trinta varškutė su bananais ir jogurtu (P) [*]	U-061	60.00	6.24	3.52	7.49	87
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.45	9.7	48.33	318

Pietūs

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) (G, SA) [*]	SR-07	120.00	2.08	2.12	10.96	71
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kalakutienos maltinukas su cukinijomis (tausojantis) (G, K, KI) [*]	Kr-328	70.00	12.62	4.52	6.67	118
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-65	80.00	3.53	0.87	19.41	100
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.4	21
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	40.00	0.41	1.02	2.48	21
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			20.45	8.88	55.78	385

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis) (P) [*]	Sr-246	120.00	4.39	4.95	17.24	131
Sumuštinis su viso grūdo batonu, vištiena ir agurku (G, P, VŠ) [*]	U-124	42.00	4.79	5.3	9.48	105
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.46	10.53	35.82	276
Iš viso dienos davinio :			39.36	29.11	139.93	979

*** Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, KI - Kalakutiena, VŠ - Vištiena

4 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
5 grūdų dribsnių košė su augaliniu kokosų gėrimu (augalinis, tausojantis) (G) [*]	KOŠ-083	150.00	4.09	6.43	25.59	177
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	70.00	1.05	0.79	6.95	39
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			5.54	7.62	45.54	273

Pietūs

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) (SA) [*]	SR-1	120.00	0.79	1.41	5.62	38
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis) (K) [*]	KR-3722	120.00	8.51	3.98	30.3	191
Grietinė 30 % riebumo (padažui) (P) [*]	PAD-021	20.00	0.48	6	0.62	58
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
Iš viso:			16.08	16.82	55.49	438

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-04	100.00	16.19	11.97	16.34	238
Obuolių džemas (augalinis)	Padž-124	15.00	0	0	2.85	11
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	10.00	0.44	0.38	0.47	7
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.95	12.67	30.06	302
Iš viso dienos davinio :			38.57	37.11	131.09	1013

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

4 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu, augaliniu avižų gėrimu ir sėlenom (tausojantis, augalinis) (G) [*]	KOŠ-064	150.00	3.24	5.38	26.88	169
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.98	9.94	39.95	285

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta batatų sriuba (tausojantis, augalinis) (P, SA) [*]	SR-064	120.00	1.23	4.2	12.27	92
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G) [*]	Už-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Vištienos krūtinėlės blynėliai (K, P, VŠ) [*]	Kr-245	100.00	19.28	8.6	5.41	176
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	70.00	2.67	0.83	15.88	82
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	20.00	0.98	0.04	3.16	17
Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis)	Sal-268	40.00	0.49	1.72	1.5	23
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
Iš viso:			26.26	16.54	48.26	447

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Skryliai su varške (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-168	120.00	16.65	7.54	39.67	293
Trintų uogų ir jogurto užpilas (P) [*]	Padž-247	15.00	0.4	0.32	1.46	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.25	8.06	47.63	332
Iš viso dienos davinio :			52.49	34.54	135.84	1064

*** Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, VŠ - Vištiena

4 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	KOŠ-0118	120.00	3.84	4.94	21.07	144
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			14.6	13.17	38.89	332

Pietūs

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) (SA) [*]	SR-03	120.00	0.9	2.1	5.58	45
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G) [*]	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Makaronai su vištiena ir sūriu (tausojantis) (G, P, VŠ) [*]	KR-1151	120.00	14.8	9.74	27.18	256
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	20.00	0.23	0.24	1.98	11
Agurkų salotos su krapais ir jogurtu (P) [*]	Sal-256	40.00	0.59	0.27	1.37	10
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			18.01	14.15	49.3	397

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miltiniai blynėliai su kefyru (G, K, P) [*]	KR-223	110.00	8.15	6.67	37.41	242
Obuolių džemas (augalinis)	Padž-124	20.00	0	0	3.8	15
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.55	7.07	54.21	315
Iš viso dienos davinio :			41.16	34.39	142.4	1044

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, VŠ - Vištiena

4 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su augaliniu avižų gėrimu (tausojantis, augalinis)	KOŠ-034	140.00	1.17	7.21	23.68	164
Viso grūdo batonas su sviestu, virtu kiaušiniu ir agurku (G, K, P) [*]	U-084	53.00	3.93	5.39	13.34	118
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			5.42	12.92	47.42	328

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-066	120.00	0.95	2.17	7.66	54
Moliūgų sėklos (augalinis)	U-02	3.00	0.63	1.26	0.23	15
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G) [*]	UŽ-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Kepta tilapijos filė (G, K, P) [*]	Kr-174	70.00	13.38	8.2	8.2	160
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	20.00	0.23	0.24	1.98	11
Ridikėliai (augalinis)	Sal-54	20.00	0.22	0.02	0.78	4
Lapinės salotos su pomidorais (augalinis)	Sal-86	40.00	0.42	2.65	1.55	32
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			18.92	17.94	41.85	405

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Konvekciniėje krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis, augalinis)	GAR-07	120.00	2.96	4.93	26.76	163
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	120.00	4.08	3	5.88	67
Cukinių lazdelės (augalinis, tausojantis)	Sal-255	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Iš viso:			8.55	8.42	49.36	307
Iš viso dienos davinio :			32.89	39.28	138.63	1040

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai