

Druskininkų sav. Viečiūnų progimnazija

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

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

4-6 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	150.00	4.3	5.22	31.88	192
Natūralus jogurtas su granola (P)*	UŽ-247	100.00	5.5	6.17	11.58	124
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:			10.2	11.79	56.46	373

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	150.00	1.12	2.62	6.97	56
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kiaulienos troškiny su plikytais ryžiais (tausojantis)	KR-01	150.00	13.51	10.2	25.75	249
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	20.00	0.2	0.04	1.74	8
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:			17.68	18.2	54.44	452

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	150.00	20.1	10.44	32.93	306
Trintų uogų ir jogurto užpilas (P)*	Padž-247	20.00	0.53	0.42	1.94	14
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:			21.03	11.26	47.87	377
Iš viso dienos davinio :			48.91	41.25	158.77	1202

* **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	150.00	4.79	9.72	28.36	220
Trinta varškytė su persikais ir jogurtu (P) [*]	U-062	80.00	8.15	4.65	7.81	106
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:			13.34	14.77	49.17	383

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	150.00	0.99	1.76	7.02	48
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Vištienos krūtinėlės juostelės su sezamo sėklomis (G, K, P, SE, VŠ) [*]	Kr-952	80.00	20.12	11.58	11	229
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	30.00	0.99	0.73	1.88	18
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	30.00	1.47	0.06	4.74	25
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:			27	20.61	53.78	509

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	130.00	10.78	11.54	57.23	376
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:			10.98	11.74	66.58	416
Iš viso dienos davinio :			51.32	47.12	169.53	1307

*** 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	150.00	5.51	5.98	20.26	157
Batonas su viso grūdo miltai, sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P)*	Už-215	48.00	7.4	8.81	13	161
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:			13.23	15.11	43.66	364

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	150.00	1.01	2.68	8.03	60
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Makaronai su kalakutiena ir sūriu (tausojantis) (G, KI, P)*	Kr-325	140.00	15.54	12.51	31.7	302
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:			18.94	19.54	58.32	485

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	150.00	3.71	6.17	33.45	204
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	100.00	0.4	0.4	13	57
Iš viso:			10.32	10.56	61.09	381
Iš viso dienos davinio :			42.49	45.21	163.07	1229

* **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	150.00	3.63	7.42	30.75	204
Trinta varškutė su uogomis (P) [*]	U-06	70.00	7.77	4.38	7.42	100
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:			11.8	12.2	51.17	362

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	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 (G) [*]	UŽ-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Vištienos maltinukas su varške (tausojantis) (G, K, P, VŠ) [*]	Kr-212	80.00	18.1	7.23	5.47	159
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	20.00	0.2	0.04	1.74	8
Cukinijų 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:			24.25	18.31	43.52	436

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	140.00	21.35	16.79	26.36	342
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
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:			22.55	17.87	37.7	402
Iš viso dienos davinio :			58.6	48.38	132.39	1199

*** 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	170.00	3.79	7.66	39.8	243
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	90.00	1.35	1.01	8.93	50
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	9.07	61.73	351

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	150.00	2.61	2.64	13.71	89
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kepta lašišos filė (tausojantis) (Ž) [*]	KR-14	80.00	20.8	17.36	0.77	243
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	80.00	3.05	0.94	18.14	93
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:			29.12	22.61	50.72	523

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	140.00	17.26	11.36	31.7	298
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:			18.2	11.88	46.62	366
Iš viso dienos davinio :			52.86	43.56	159.07	1240

^{*} **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	180.00	3.89	6.46	32.26	203
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:			9.63	11.02	45.33	319

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	150.00	1.76	5.06	11.66	99
Duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kiaulienos ir jautienos maltinukas su sėlenomis (tausojantis) (G, K)*	Kr-284	80.00	15.07	8	10.73	175
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	80.00	3.05	0.94	18.14	93
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:			22.05	15.4	59	463

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	130.00	21.62	16.74	23.8	332
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Obuolių džemas (augalinis)	Padž-124	15.00	0	0	2.85	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:			22.6	17.63	37.76	400
Iš viso dienos davinio :			54.28	44.05	142.09	1182

* **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	130.00	1.08	6.7	21.99	153
Sumuštinis su viso grūdų batonu, vištiena ir agurku (G, P, VŠ)*	U-124	83.00	9.46	10.47	18.74	207
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:			10.82	17.45	49.83	400

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	150.00	4.32	2.85	15.73	106
Duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Bulvių plokštainis (G, K, P)*	Kr-46	150.00	4.68	3.65	29.87	171
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
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Iš viso:			16.31	16.88	80.6	540

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	
Byneliai su bananais (G, K, P)*	KR-26	120.00	8.88	9.52	46.14	306
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	20.00	0.1	0.02	2.8	12
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
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:			10.14	10.58	58.98	372
Iš viso dienos davinio :			37.27	44.91	189.41	1311

* **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	150.00	4.8	6.17	26.34	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
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			15.64	14.48	46.76	380

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	150.00	1.98	2.41	9.38	67
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Troškintas kalakutienos maltinukas su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis) (K, KI, P) [*]	Kr-252	90.00	16.66	14.81	7.08	228
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
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:			23.1	23.43	48.22	496

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	140.00	17.98	11.89	31.63	305
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:			19.04	12.38	46.88	375
Iš viso dienos davinio :			57.78	50.29	141.86	1251

* **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	150.00	3.34	6.76	35.12	215
Trinta varškytė su uogomis (P)*	U-06	80.00	8.88	5.01	8.48	115
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:			12.62	12.17	56.6	386

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	150.00	1.28	2.67	10.04	69
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Vištienos krūtinėlės blynėliai (K, P, VŠ)*	Kr-245	120.00	23.13	10.32	6.49	211
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	80.00	2.36	0.1	20.5	92
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:			30.37	18.33	59.51	524

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	30.00	2.37	1.35	15.57	84
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
Obuolių sultys (augalinis)	GĖR-10	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			16.53	15.32	36.7	351
Iš viso dienos davinio :			59.52	45.82	152.81	1262

* **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	180.00	4.53	7.66	34.11	224
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	90.00	1.35	1.01	8.93	50
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:			6.28	9.07	56.04	331

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	150.00	1.54	5.25	15.34	115
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	90.00	18.67	15.92	11.1	262
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
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:			24.62	25.31	53.41	540

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	120.00	10.75	5.27	31.74	217
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	20.00	0.48	6	0.62	58
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:			16.65	15.34	50.11	405
Iš viso dienos raciono :			47.55	49.72	159.56	1276

*** 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	140.00	6.97	4.31	32.43	196
Natūralus jogurtas su granola (P)*	Už-247	80.00	4.4	4.93	9.27	99
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
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.03	13.72	52.17	400

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	150.00	1.43	2.68	11.59	76
Duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kalakutienos troškiny su plikytai ryžiais (tausojantis) (KI)*	Kr-95	150.00	18.07	9.44	18.09	230
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	20.00	0.2	0.04	1.74	8
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:			22.76	16.05	50.9	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	
Bulvių košė su žirniais, morkomis ir augaliniu avižų gėrimu (tausojantis, augalinis)	Kr-247	150.00	8.37	5.99	32.57	218
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	30.00	0.3	0.06	2.61	12
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:			14.17	10.2	55.53	371
Iš viso dienos davinio :			53.96	39.97	158.6	1210

* **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	180.00	3.89	6.46	32.26	203
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:			9.63	11.02	45.33	319

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	150.00	4.32	3.26	16.27	112
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Vištienos maltinukas (tausojantis) (G, K, VŠ) [*]	Kr-216	80.00	19.12	5.95	4.66	149
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:			29.49	14.42	61.42	493

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	140.00	18.44	9.65	29.48	279
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
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:			19.72	10.81	47.22	365
Iš viso dienos davinio :			58.84	36.25	153.97	1177

*** Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai 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	120.00	15.86	18.37	1.84	236
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
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	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			19.05	18.87	36.3	391

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	150.00	3.32	2.5	13.22	89
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Varškės apkepas su morkomis (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-11	130.00	18.9	14.38	25.39	307
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
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:			25.02	18.36	69.7	544

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	120.00	8.9	10.25	50.12	328
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:			9.22	10.57	64.32	389
Iš viso dienos davinio :			53.29	47.8	170.32	1325

^{*} **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	180.00	5.16	6.26	38.26	230
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	80.00	1.2	0.9	7.94	45
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:			6.76	7.56	59.2	332

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	150.00	1.11	2.46	8.05	59
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Makaronai su jautiena ir grietinėle (tausojantis) (G, P) [*]	KR-232I	140.00	13.31	17.06	30.13	327
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:			16.75	24.96	56.07	516

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	120.00	19.43	14.36	19.61	285
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	15.00	0.08	0.02	2.1	9
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
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			20.57	15.35	35.42	362
Iš viso dienos davinio :			44.08	47.87	150.69	1210

*** 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 kokosu gėrimu (augalinis, tausojantis) (G)*	KOŠ-083	150.00	4.09	6.43	25.59	177
Batonas su viso grūdo miltais, sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P)*	UŽ-215	48.00	7.4	8.81	13	161
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:			11.89	15.64	51.59	395

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	130.00	5	2.4	21.36	127
Duona (G)*	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kepta lašišos filė (tausojantis) (Ž)*	KR-14	80.00	20.8	17.36	0.77	243
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	70.00	2.07	0.09	17.94	81
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:			30.57	22.37	55.11	544

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	130.00	22.02	12.69	28.93	318
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:			23.39	13.73	42.02	385
Iš viso dienos davinio :			65.85	51.74	148.72	1324

* **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	150.00	3.34	6.76	35.12	215
Trinta varškytė su bananais ir jogurtu (P)*	U-061	80.00	8.32	4.7	9.99	116
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:			12.06	11.86	58.11	387

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	150.00	2.61	2.64	13.71	89
Duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kalakutienos maltinukas su cukinijomis (tausojantis) (G, K, KI)*	Kr-328	90.00	16.23	5.81	8.57	151
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-65	90.00	3.97	0.98	21.83	112
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:			25.3	10.85	65.66	461

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	140.00	5.12	5.78	20.12	153
Sumuštinis su viso grūdo batonu, vištiena ir agurku (G, P, VŠ)*	U-124	83.00	9.46	10.47	18.74	207
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:			14.86	16.53	47.96	400
Iš viso dienos davinio :			52.22	39.24	171.73	1249

* **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	170.00	4.64	7.29	29	200
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	80.00	1.2	0.9	7.94	45
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:			6.24	8.59	49.94	302

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	150.00	0.99	1.76	7.02	48
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis) (K) [*]	KR-3722	150.00	10.64	4.98	37.88	239
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:			18.68	18.22	67.28	508

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	130.00	21.05	15.56	21.24	309
Obuolių džemas (augalinis)	Padž-124	15.00	0	0	2.85	11
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	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:			22.03	16.45	35.2	377
Iš viso dienos davinio :			46.95	43.26	152.42	1187

^{*} **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	170.00	3.67	6.1	30.46	191
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:			9.41	10.66	43.53	308

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	150.00	1.54	5.25	15.34	115
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G) [*]	Už-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Vištienos krūtinėlės blynėliai (K, P, VŠ) [*]	Kr-245	120.00	23.13	10.32	6.49	211
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	80.00	3.05	0.94	18.14	93
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:			30.8	19.42	54.67	517

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	140.00	19.42	8.8	46.29	342
Trintų uogų ir jogurto užpilas (P) [*]	Padž-247	30.00	0.8	0.63	2.91	21
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:			20.42	9.63	55.7	391
Iš viso dienos davinio :			60.63	39.71	153.9	1216

*** 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	160.00	5.12	6.58	28.1	192
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
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			15.96	14.89	48.52	392

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	150.00	1.12	2.62	6.97	56
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Makaronai su vištiena ir sūriu (tausojantis) (G, P, VŠ) [*]	KR-1151	140.00	17.26	11.36	31.7	298
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	20.00	0.2	0.04	1.74	8
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:			20.93	16.14	57.78	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	
Miltiniai blynėliai su kefyru (G, K, P) [*]	KR-223	130.00	9.63	7.88	44.21	286
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:			10.03	8.28	61.01	359
Iš viso dienos davinio :			46.92	39.31	167.31	1211

^{*} **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	170.00	1.42	8.76	28.75	200
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:			5.67	14.47	52.49	363

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	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 (G) [*]	UŽ-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Kepta tilapijos filė (G, K, P) [*]	Kr-174	90.00	17.21	10.55	10.54	206
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	20.00	0.2	0.04	1.74	8
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:			22.95	20.63	45.87	461

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	140.00	3.46	5.75	31.22	190
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
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	100.00	0.4	0.4	13	57
Iš viso:			10.19	10.11	59.19	369
Iš viso dienos davinio :			38.81	45.21	157.55	1192

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