

Druskininkų sav. Viečiūnų progimnazija

Viečiūnų miestl., Jaunystės g. 8

(įstaigos pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 08:00 iki 17:00 val.

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

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	180.00	5.16	6.26	38.26	230
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:			11.06	12.83	62.84	411

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	170.00	15.31	11.56	29.18	282
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	30.00	0.3	0.06	2.61	12
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	SI-18	40.00	1.1	2.07	4.96	43
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
* Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-2	200.00	0	0	30	120
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			25.4	24.16	102.04	727

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	180.00	24.12	12.53	39.51	367
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:			25.05	13.35	54.45	438
Iš viso dienos davinio :			61.51	50.34	219.33	1576

* **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	90.00	22.64	13.03	12.38	257
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
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	40.00	0.43	3.28	3.81	46
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
*Mielinė bandelė su cinamonu (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	B-566n	60.00	7.02	5.34	28.56	190
Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			42.62	33.1	99.44	866

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	140.00	11.61	12.43	61.63	405
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:			11.81	12.63	70.98	445
Iš viso dienos davinio :			67.77	60.5	219.59	1694

* **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 miltais, 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	150.00	16.65	13.41	33.97	323
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	40.00	0.41	1.02	2.48	21
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
* Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-2	200.00	0	0	30	120
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			25.97	25.04	104.3	746

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	
Konvekciniame krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis, augalinis)	GAR-07	170.00	4.2	6.99	37.91	231
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:			10.81	11.38	65.55	408
Iš viso dienos davinio :			50.01	51.53	213.51	1518

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

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

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	20.00	1.9	1.48	12.48	71
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	90.00	2.12	2.93	15.32	96
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
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
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-95	200.00	1.2	0.2	19.8	86
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) [*]	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			31.9	23.77	81.22	666

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	150.00	22.88	17.99	28.25	366
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:			24.08	19.07	39.59	426
Iš viso dienos davinio :			67.78	55.04	171.98	1454

* **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	180.00	4.01	8.11	42.14	258
Čija pudingas su vaisiais (P)*	Des-2	100.00	1.49	1.13	9.93	56
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:			5.9	9.64	65.07	371

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	90.00	23.4	19.53	0.86	273
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
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
*Riestainiai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-658	50.00	3.44	6.35	23.87	166
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			41.1	35.89	94.25	864

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	150.00	18.5	12.17	33.97	319
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:			19.44	12.69	48.89	388
Iš viso dienos davinio :			66.44	58.22	208.21	1623

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

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

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	200.00	4.32	7.17	35.84	225
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:			10.06	11.73	48.91	341

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	90.00	3.43	1.06	20.41	105
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	40.00	0.41	1.02	2.48	21
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
* Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-2	200.00	0	0	30	120
Iš viso:			23.24	16.19	111.66	685

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 :			55.9	45.55	198.33	1427

* **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 (tausojantis, augalinis)	KOŠ-034	150.00	1.25	7.73	25.37	176
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	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.11	18.6	57.11	440

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 (tausojantis, 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	200.00	6.24	4.86	39.83	228
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
*Mielinė bandelė su cinamonu (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	B-566n	60.00	7.02	5.34	28.56	190
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			35.57	31.75	119.26	905

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	150.00	11.1	11.9	57.68	382
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:			12.36	12.96	70.52	448
Iš viso dienos davinio :			59.04	63.31	246.89	1794

* **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	180.00	5.76	7.4	31.61	216
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:			16.6	15.71	52.03	416

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	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Pomidorų salotos su jogurtu ir krapais (P)*	Sal-977	40.00	0.58	0.23	1.85	12
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
*Riestainiai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-658	50.00	3.44	6.35	23.87	166
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-95	200.00	1.2	0.2	19.8	86
Iš viso:			28.55	30.65	112.28	839

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	150.00	19.27	12.74	33.89	327
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:			20.33	13.23	49.14	397
Iš viso dienos davinio :			65.48	59.59	213.45	1652

* **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	140.00	26.99	12.04	7.57	247
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	80.00	2.36	0.1	20.5	92
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	30.00	0.87	0.18	6.6	32
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
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
* Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-2	200.00	0	0	30	120
Iš viso:			35.12	20.71	112.29	776

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 miltai (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 :			64.27	48.2	205.59	1513

* **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	100.00	1.49	1.13	9.93	56
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:			6.42	9.19	57.04	337

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	20.00	1.9	1.48	12.48	71
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	90.00	2.12	2.93	15.32	96
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Agurkų salotos su krapais ir jogurtu (P) [*]	Sal-256	40.00	0.59	0.27	1.37	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
*Riestainiai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-658	50.00	3.44	6.35	23.87	166
Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) []	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			34.94	37.19	102.75	885

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	150.00	13.44	6.59	39.68	272
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:			19.34	16.66	58.05	460
Iš viso dienos davinio :			60.7	63.04	217.84	1682

* **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	150.00	7.47	4.62	34.74	210
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	120.00	0.48	0.48	15.6	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.69	14.19	59.68	437

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	170.00	20.48	10.7	20.5	260
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	30.00	0.3	0.06	2.61	12
Burokėlių salotos su kepintomis saulėgrąžomis (tausojantis, augalinis)	Sal-254	40.00	1.56	3.61	4.81	58
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
* Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-2	200.00	0	0	30	120
Iš viso:			31.29	22.11	103.98	740

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	180.00	10.04	7.18	39.08	261
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:			15.84	11.39	62.04	414
Iš viso dienos davinio :			64.82	47.69	225.7	1591

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salieriai 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	40.00	10.68	8.32	0.14	118
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:			14.97	15.18	45.4	378

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	90.00	21.51	6.69	5.24	167
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
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
*Mielinė bandelė su cinamonu (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	B-566n	60.00	7.02	5.34	28.56	190
Iš viso:			44.84	25.26	110.13	847

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	180.00	23.71	12.4	37.91	358
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:			24.99	13.56	55.65	445
Iš viso dienos davinio :			84.8	54	211.18	1670

* **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	130.00	17.19	19.9	1.99	256
Duona (G) [*]	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
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:			20.64	20.44	39.25	424

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	150.00	21.81	16.59	29.3	354
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
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-95	200.00	1.2	0.2	19.8	86
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) [*]	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			34.47	24.93	93.48	736

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 kokosu gėrimu (augalinis) (G, K, P) [*]	Kr-9568	130.00	9.65	11.1	54.3	356
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:			9.97	11.42	68.5	417
Iš viso dienos davinio :			65.08	56.79	201.23	1576

* **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	100.00	1.49	1.13	9.93	56
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:			7.05	7.79	61.19	343

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	150.00	14.26	18.28	32.28	351
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-10	40.00	0.5	3.63	2.2	43
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
*Mielinė bandelė su cinamonu (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	B-566n	60.00	7.02	5.34	28.56	190
Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			30.64	36.12	100.49	850

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	140.00	22.67	16.76	22.88	333
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:			23.81	17.75	38.69	410
Iš viso dienos davinio :			61.5	61.66	200.37	1602

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

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

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	180.00	4.91	7.72	30.71	212
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:			12.71	16.93	56.71	430

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	90.00	23.4	19.53	0.86	273
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	80.00	2.36	0.1	20.5	92
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	30.00	0.99	0.73	1.88	18
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
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
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			44.22	32.89	58.13	705

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	150.00	25.41	14.64	33.38	367
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	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:			27.08	15.95	49.3	449
Iš viso dienos davinio :			84.01	65.77	164.14	1585

* **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	180.00	4.01	8.11	42.14	258
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:			12.73	13.21	65.13	430

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	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	40.00	0.41	1.02	2.48	21
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
* Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-2	200.00	0	0	30	120
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			31.41	15.49	111.16	710

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	150.00	5.49	6.19	21.56	164
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:			15.23	16.94	49.4	411
Iš viso dienos davinio :			59.37	45.64	225.69	1551

* **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	180.00	4.91	7.72	30.71	212
Čija pudingas su vaisiais (P) [*]	Des-2	100.00	1.49	1.13	9.93	56
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:			6.8	9.25	53.64	325

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
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
*Rištainiai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-658	50.00	3.44	6.35	23.87	166
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) [*]	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			28.06	29.33	110.72	819

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	150.00	24.29	17.96	24.51	357
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:			25.27	18.85	38.47	425
Iš viso dienos davinio :			60.13	57.43	202.83	1569

* **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	200.00	4.32	7.17	35.84	225
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:			10.06	11.73	48.91	341

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	90.00	3.43	1.06	20.41	105
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
* Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-2	200.00	0	0	30	120
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) [*]	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			36.52	23.7	87.01	707

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	160.00	22.2	10.05	52.9	391
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:			23.2	10.88	62.31	440
Iš viso dienos davinio :			69.78	46.31	198.23	1489

* **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	180.00	5.76	7.4	31.61	216
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:			16.6	15.71	52.03	416

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	150.00	18.5	12.17	33.97	319
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	30.00	0.3	0.06	2.61	12
Agurkų salotos su krapais ir jogurtu (P)*	Sal-256	40.00	0.59	0.27	1.37	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
*Mielinė bandelė su cinamonu (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	B-566n	60.00	7.02	5.34	28.56	190
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			35.16	26.92	103.21	796

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	150.00	11.11	9.09	51.01	330
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:			11.51	9.49	67.81	403
Iš viso dienos davinio :			63.27	52.12	223.05	1614

* **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	80.00	1.88	2.6	13.61	85
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
*Riestainiai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-658	50.00	3.44	6.35	23.87	166
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-95	200.00	1.2	0.2	19.8	86
Iš viso:			27.82	27.5	91.24	724

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	
Konvekciniame krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis, augalinis)	GAR-07	170.00	4.2	6.99	37.91	231
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Cukinijų 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:			10.93	11.35	65.88	409
Iš viso dienos davinio :			44.42	53.32	209.61	1496

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