

Druskininkų sav. Viečiūnų progimnazija

Viečiūnų miestl., Jaunystės g. 8

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 metų ir vyresnių

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 08:00 iki 17:00 val.

1 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA) *	SR-03	150.00	1.12	2.62	6.97	56
Duona (G) *	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kiaulienos troškiny su plikytais ryžiais (tausojantis)	KR-01	250.00	26.88	18.83	35.85	420
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Ridikėliai (augalinis)	Sal-54	40.00	0.44	0.04	1.56	8
Agurkų ir pomidorų salotos su krapais (augalinis)	Sal-2585	50.00	0.56	1.46	2.05	24
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su citrina	GÉR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) *	Nem-1	60.00	16.02	12.48	0.21	177
Iš viso:			47.82	36.59	93.13	893
Iš viso dienos davinio :			47.82	36.59	93.13	893

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

1 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai su kiaušiniu (K, P) [*]	Sr-65	150.00	4.83	5.11	9.38	103
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (šaltibarščiams) (P) [*]	GAR-04š	90.00	2.12	2.93	15.32	96
Vištienos krūtinėlės juostelės su sezamo sėklomis (G, K, P, SE, VŠ) [*]	Kr-952	140.00	35.21	20.27	19.25	400
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Garintos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)	Sal-542	40.00	0.8	0.72	3.04	22
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Agurkų salotos su krapais (augalinis)	Sal-258	50.00	0.5	1.46	1.55	21
Garstyčių-grietinėlių padažas (GA, P) [*]	Pdz-25	40.00	0.82	10.18	1.52	101
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su mėta	GÉR-02	150.00	0.01	0	0.03	0
* Jogurtas indelyje (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) [*]	Nem-88	125.00	3.5	3.13	11.38	88
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (G) [*]	Nem-89	65.00	4.46	8.26	31.03	216
Iš viso:			56.39	56.96	141.56	1304
Iš viso dienos davinio :			56.39	56.96	141.56	1304

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

1 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA)*	SR-05	150.00	1.01	2.68	8.03	60
Duona (G)*	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Makaronų lakštų plokštainis su jautiena ir kiauliena (tausojantis) (G, P)*	KR-2388	250.00	39.6	29.18	55.3	642
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Garinti briuselio kopūstai (augalinis, tausojantis)	Sal-21	40.00	1.72	0.8	2.52	24
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	50.00	0.52	1.27	3.11	26
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su citrina	GÉR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-95	200.00	1.2	0.2	19.8	86
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (G)*	Nem-89	65.00	4.46	8.26	31.03	216
Iš viso:			51.23	43.55	163.72	1252
Iš viso dienos davinio :			51.23	43.55	163.72	1252

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

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, 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
Vištiena saldžiarūgščiame padaže su daržovėmis (tausojantis) (VŠ)*	Kr-254	180.00	23.65	6.79	16.83	223
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	40.00	0.46	0.49	3.97	22
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir kons. kukurūzais (augalinis)	SAL-18	50.00	0.73	4.16	3.34	54
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su apelsinu	GÉR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
*Varškės sūrelis be glaisto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-65	100.00	15.67	7.9	7	162
Iš viso:			48.18	29.57	100.99	863
Iš viso dienos davinio :			48.18	29.57	100.99	863

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

1 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių, miežinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (G, SA) [*]	SR-07	150.00	2.61	2.64	13.71	89
Duona (G) [*]	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kepta lašišos filė (tausojantis) (Ž) [*]	KR-14	130.00	33.8	28.21	1.25	394
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	120.00	3.54	0.16	30.76	139
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	40.00	1.32	0.98	2.51	24
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-08	50.00	0.82	2.06	4.93	42
Garstyčių-grietinėlės padažas (GA, P) [*]	Pdz-25	40.00	0.82	10.18	1.52	101
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
* Jogurtas indelyje (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) [*]	Nem-88	125.00	3.5	3.13	11.38	88
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (G) [*]	Nem-89	65.00	4.46	8.26	31.03	216
Iš viso:			53.83	56.91	143.05	1300
Iš viso dienos davinio :			53.83	56.91	143.05	1300

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

2 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis, tausojantis) (SA)*	SR-145	150.00	1.36	2.04	9.8	63
Duona (G)*	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kiaulienos nugarinės kepsnys su sūriu (K, P)*	Kr-213	130.00	32.35	27.28	13.2	428
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-65	120.00	5.29	1.31	29.11	149
Cukinių lazdelės (augalinis, tausojantis)	Sal-255	40.00	0.48	0.04	1.36	8
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis)	Sal-268	50.00	0.62	2.15	1.88	29
Grietinė-lės-pomidorų padažas (P)*	PAD-081	40.00	0.86	11.89	1.33	116
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su apelsinu ir mėtos lapeliais	GÉR-07	150.00	0.03	0.01	0.35	2
*Varškės sūrelis be glaisto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-65	100.00	15.67	7.9	7	162
Iš viso:			59.57	53.89	109.5	1161
Iš viso dienos davinio :			59.57	53.89	109.5	1161

* **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

Pietūs 10:35 val.

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

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

2 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis) (SA)*	SR-25	150.00	1.98	2.41	9.38	67
Duona (G)*	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Troškintas kiaulienos maltinukas su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis) (K, P)*	Kr-251	130.00	21.41	23.94	14.85	361
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Ridikėliai (augalinis)	Sal-54	40.00	0.44	0.04	1.56	8
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Lapinės salotos su agurkais ir ridikėliais (augalinis)	Sal-214	50.00	0.6	1.95	1.63	26
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su citrina ir mėtos lapeliais	GĖR-06	150.00	0.05	0.02	0.49	2
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (G)*	Nem-89	65.00	4.46	8.26	31.03	216
Iš viso:			34.67	41.79	124.83	1014
Iš viso dienos davinio :			34.67	41.79	124.83	1014

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

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:35 val.

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

* **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

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių trinta sriuba (tausojantis, augalinis) (SA)*	SR-037	150.00	2.64	2.82	11.77	83
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G)*	Už-963	20.00	1.9	1.48	12.48	71
Kepta lydekos filė su sezamo sėklomis (G, K, P, SE, Ž)*	Kr-258	130.00	21.01	16.95	14.6	295
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	40.00	0.46	0.49	3.97	22
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Agurkų ir pomidorų salotos su krapais (augalinis)	Sal-2585	50.00	0.56	1.46	2.05	24
Grietinėlės-pomidorų padažas (P)*	PAD-081	40.00	0.86	11.89	1.33	116
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su uogomis	GÉR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (G)*	Nem-89	65.00	4.46	8.26	31.03	216
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P)*	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			46.76	56.59	126.92	1204
Iš viso dienos davinio :			46.76	56.59	126.92	1204

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvys 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

Pietūs 10:35 val.

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

* **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, Antradienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA) *	SR-08	150.00	4.32	3.26	16.27	112
Duona (G) *	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Vištienos vėrinukai (tausojantis) (Vš) *	Kr-1421	130.00	38.74	10.22	4.25	264
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	120.00	3.54	0.16	30.76	139
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Ridikėliai (augalinis)	Sal-54	40.00	0.44	0.04	1.56	8
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-10	50.00	0.62	4.53	2.76	54
Pomidorų padažas	PAD-10	40.00	0.48	0	11.2	47
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) *	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (G) *	Nem-89	65.00	4.46	8.26	31.03	216
Iš viso:			66.2	36.07	143.62	1164
Iš viso dienos davinio :			66.2	36.07	143.62	1164

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

3 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA) *	SR-11	150.00	3.32	2.5	13.22	89
Duona (G) *	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis) (K) *	KR-3722	250.00	17.73	8.29	63.13	398
Grietinė 30 % riebumo (P) *	PAD-02	40.00	0.96	12	1.24	117
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Pienas 2,5 % riebumo (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
* 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	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			41.4	36.13	147.93	1082
Iš viso dienos davinio :			41.4	36.13	147.93	1082

* **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

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai su kiaušiniu (K, P) [*]	Sr-65	150.00	4.83	5.11	9.38	103
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-05	90.00	1.89	3.81	17.06	110
Makaronai su jautiena ir grietinėle (tausojantis) (G, P) [*]	KR-232I	250.00	23.77	30.47	53.8	585
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Garinti briuselio kopūstai (augalinis, tausojantis)	Sal-21	40.00	1.72	0.8	2.52	24
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	50.00	0.52	1.27	3.11	26
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su agurku	GÉR-04	150.00	0.02	0	0.05	0
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-95	200.00	1.2	0.2	19.8	86
* Jogurtas indelyje (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) (P) [*]	Nem-88	125.00	3.5	3.13	11.38	88
Iš viso:			38.65	45.67	144.74	1145
Iš viso dienos davinio :			38.65	45.67	144.74	1145

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

3 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis) (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
Upėtakio filė maltinukas (tausojantis) (G, K, Ž)*	KR-248	130.00	27.35	18.62	11.52	323
Perlinis kuskusas (tausojantis, augalinis)	Kr-223	120.00	6.24	1.93	37.11	191
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	40.00	0.46	0.49	3.97	22
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	40.00	1.16	0.24	8.8	42
Agurkų ir pomidorų salotos su krapais (augalinis)	Sal-2585	50.00	0.56	1.46	2.05	24
Citrininis-grietinėlės padažas (P)*	Pdz-689	40.00	0.67	10.01	1.01	97
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Vanduo su citrina ir mėtos lapeliais	GĖR-06	150.00	0.05	0.02	0.49	2
*Varškės sūrelis be glaisto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-65	100.00	15.67	7.9	7	162
Iš viso:			56.67	46.92	120.24	1130
Iš viso dienos davinio :			56.67	46.92	120.24	1130

* **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