

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

(Valgiaraščio formos pavyzdys)

## **DRUSKININKŲ SAVIVALDYBĖS VIEČIŪNŲ PROGIMNAZIJOS IKIMOKYKLINIO UGDYMO SKYRIUS „LINELIS“**

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

### **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

**1-3metų**

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas  
nuo 7.00 iki 17.30 val.

Parengė: Inga Ožerovskienė, vyriausioji virėja

**1 savaitė**  
**Pirmadienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su ypač tyru alyvuogių al. A, T	30K/64	150	3.65	1.93	33.03	164.07
Sumuštinis su sviestu 82% ir ferm. sūriu	2Š/92	20/5/20	6.51	8.29	8.29	133.75
Juodoji arbata	1Gėr/81	150	0.00	0.00	4.99	19.98
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.18	0.18	5.72	25.17
<b>Iš viso:</b>			<b>10.34</b>	<b>10.40</b>	<b>52.03</b>	<b>342.97</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos sult. makaronais (kv. miltai)*A.T	12Sr/27	150	1.72	3.40	9.85	76.86
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Vištienos maltinukas T. (kv. miltai, pienas)*	21K/55	60	14.33	5.32	5.77	128.29
Virtos bulvės T	8G/78	60	0.88	1.71	8.54	53.06
Trošk. daržovių mišinys T, A	10S/10	50	0.43	2.55	1.95	32.50
Morkų-obuolių sal. su al. A	4S/4	50	0.31	3.33	4.15	47.84
Vanduo su citrina	2Gėr./82	150	0.02	0.00	0.07	0.35
Vaisius A		100	0.80	0.20	11.00	49.00
<b>Iš viso:</b>			<b>19.97</b>	<b>16.76</b>	<b>50.49</b>	<b>432.63</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai T (kv. miltai, kiaušiniai)*	18K/52	100	12.90	5.81	29.19	220.65
Sviesto-grietinės padažas	18K/52	15	0.32	7.26	0.31	67.86
Arbata čiobrelių	3Gėr/83	150	0.00	0.00	5.00	19.98
<b>Iš viso:</b>			<b>13.23</b>	<b>13.07</b>	<b>32.99</b>	<b>302.48</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>43.53</b>	<b>40.22</b>	<b>135.51</b>	<b>1078.07</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

**1 savaitė**  
**Antradienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su tr. braškėm T (pienas, manai)*	33K/67	150/7	5.31	4.53	29.53	180.18
Pik nik sūrio lazdelė		20	5.34	4.16	0.60	61.20
Melisų arbata	3Gėr/83	150	0.00	0.00	4.99	19.96
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.45	0.03	6.30	27.27
<b>Iš viso:</b>			<b>11.10</b>	<b>8.72</b>	<b>41.43</b>	<b>288.62</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba A, T	14Sr/29	150	3.89	3.41	14.42	103.92
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Kalakutienos kukulis T (kv. miltai, kiaušiniai, pienas)*	3K/37	60	13.51	5.06	6.30	124.76
Trošk.morkos su ryžiais T,A	4G/74	70	1.46	3.35	14.31	93.23
Agurkai (šv. arba raug.)A	7S/7	30	0.21	0.00	0.84	4.20
Cukinijų, agurkų, morkų sal.A	11S/11	60	0.70	1.26	4.13	30.67
Vanduo su apelsinu	2Gėr./82	150	0.03	0.01	0.36	1.59
Vaisius A		100	0.40	0.30	13.40	57.90
<b>Iš viso:</b>			<b>21.67</b>	<b>13.43</b>	<b>62.92</b>	<b>459.19</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su kiaušiena T	9K/43	80/40	12.19	10.66	31.10	269.13
Arbata liepžiedžių	3Gėr/83	150	0.00	0.00	5.00	19.98
<b>Iš viso:</b>			<b>12.19</b>	<b>10.66</b>	<b>36.10</b>	<b>289.11</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>44.96</b>	<b>32.81</b>	<b>140.44</b>	<b>1036.90</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

**1 savaitė**  
**Trečiadienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dr. košė su obuoliais (pienas, aviž. dr.)* A.T	28K/62	150/15	5.84	5.43	28.26	185.23
Sumuštinis su sviestu 82% ir v. sūriu	3Š/93	20/5/20	5.13	6.97	9.30	120.42
Arbata žalia	1Gėr/81	150	0.00	0.00	9.98	39.94
Morkų lazdelės A	6Š/96	50	0.49	0.04	2.70	13.09
<b>Iš viso:</b>			<b>10.97</b>	<b>12.39</b>	<b>42.56</b>	<b>325.64</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raug. kopūstų sriuba, A,T	9Sr/24	150	1.14	7.84	8.85	110.51
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Trošk. vištienos file T (kv.miltai)*	15K/49	70	16.27	6.92	1.92	135.01
Daržovių šūpinys T	3G/73	60	1.27	1.81	6.59	47.74
Pomidorai pjaustyti A	7S/7	50	0.30	0.00	2.00	9.20
Pek.kop.sal.su ag. al.p. A	5S/5	70	0.92	3.68	3.63	51.29
Vanduo su šald. uogom	2Gėr/82	150	0.05	0.00	0.48	2.11
Vaisius A		100	0.40	0.40	13.00	57.20
<b>Iš viso:</b>			<b>21.78</b>	<b>20.88</b>	<b>45.15</b>	<b>455.67</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su varške (pienas kiaušiniai, kv.miltai)* T	14K/48	100	15.26	10.34	23.37	247.62
Kefyras 2,5%rieb.		150	4.80	3.75	5.85	76.35
<b>Iš viso:</b>			<b>20.06</b>	<b>14.09</b>	<b>29.22</b>	<b>323.97</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52.81</b>	<b>47.37</b>	<b>116.93</b>	<b>1105.27</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniame krosnyje mišriu režimu

**1 savaitė**  
**Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (pienas, kiauš., kv. miltai)*T	13K/47	80	7.86	8.75	10.02	150.27
Juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Konserv. žali žirneliai A	13K/47	15	0.68	0.05	1.93	10.83
Juodoji arbata	1Gēr/8 1	150	0.00	0.00	3.50	13.99
Pik nik sūrio lazdelė		20	5.34	4.16	0.60	61.20
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.18	0.14	6.03	26.06
<b>Iš viso:</b>			<b>5.54</b>	<b>13.33</b>	<b>31.24</b>	<b>307.07</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba T,A	1Sr/16	150	3.74	3.36	22.37	135.82
Grietinė 30%		4	0.10	1.20	0.11	11.64
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Trošk. jautienos kukulis T (kv. miltai, kiaušinis, pienas,)*	17K/51	50	11.21	8.77	5.15	144.36
Virti makaronai (kv.miltai)**T	6G/76	50	2.16	2.01	13.96	82.58
Agurkai (šv. arba raug.)A	7S/7	30	0.21	0.00	0.84	4.20
Burokėlių sal su al. A,T	1S/1	50	0.94	2.50	6.70	53.02
Vanduo su citrina	2Gēr/82	150	0.02	0.00	0.07	0.35
Vaisius A		100	1.35	0.09	18.90	81.81
<b>Iš viso:</b>			<b>19.71</b>	<b>17.92</b>	<b>68.03</b>	<b>513.42</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške (pienas, kiaušiniai, kviet. miltai)*T	8K/42	100	11.33	8.90	26.53	231.51
Uogienė-nat. jogurtas pad.	8K/42	10/15	0.74	0.60	7.80	39.52
Arbata kmyņu b.c.	3Gēr/83	150	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>12.06</b>	<b>9.50</b>	<b>34.33</b>	<b>271.04</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47.31</b>	<b>40.75</b>	<b>133.59</b>	<b>1091.53</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

**1 savaitė**  
**Penktadienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė T (pienas)*	31K/65	150	5,06	3,33	35,40	191,80
Sumuštinis su tr. varške	4Š/94	20/20	2.77	1.45	12.50	74.13
Ramunėlių arbata be cukr.	1Gėr/81	150	0.00	0.00	0.00	0.2
Sezoninis vaisius ar uoga	6Š/96	50	0.18	0.18	5.72	25.17
<b>Iš viso:</b>			<b>8.01</b>	<b>4.96</b>	<b>53.62</b>	<b>291.30</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burok. sr.su pupelėm, A,T	3Sr/18	150	2.60	3.41	14.05	97.29
Grietinė 30%		4	0.10	1.20	0.11	11.64
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Kepta žuvis (jūros lydeka) (kviet. miltai)*T	5K/39	60	12.32	3.55	3.71	96.12
Bulvių košė su pienu* T	2G/72	60	1.02	2.02	7.78	53.37
Raug. kopūstų-morkų sal. A,T	8S/8	70	0.89	3.84	4.43	55.80
Vanduo su apelsinu	2Gėr/82	150	0.03	0.01	0.36	1.59
Vaisius A	6Š/96	100	0.40	0.40	13.00	57.20
<b>Iš viso:</b>			<b>18.69</b>	<b>14.62</b>	<b>50.70</b>	<b>417.73</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba T	6Sr/21	200	4.66	6.04	17.84	144.39
Bandelė su cinamonu		60	5.22	1.14	30.96	154.98
<b>Iš viso:</b>			<b>9.88</b>	<b>7.18</b>	<b>48.81</b>	<b>299.39</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>36.58</b>	<b>26.76</b>	<b>153.</b>	<b>1008.42</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

## 2 savaitė

## Pirmadienis

## Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu 82% (pienas)*T	29K/63	150/4	5.20	5.52	29.41	188.08
Pik nik sūrio lazdelė		20	5.34	4.16	0.60	61.20
Juodoji arbata	1Gér/81	150	0.00	0.00	5.00	19.98
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.18	0.18	5.72	25.17
<b>Iš viso:</b>			<b>10.71</b>	<b>9.85</b>	<b>40.73</b>	<b>294.43</b>

## Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sr. A,T	13Sr/28	150	2.12	6.31	9.76	104.36
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Vištienos plovai T	22K/56	150	22.42	5.61	16.24	205.15
Šv. agurkai A	7S/7	50	0.35	0.00	1.40	7.00
Morkų salotos A	12S/12	50	0.72	5.05	4.81	67.54
Vanduo su apelsinu	2Gér/82	150	0.03	0.01	0.36	1.59
Vaisius A		100	0.40	0.30	13.40	57.90
<b>Iš viso:</b>			<b>27.52</b>	<b>17.52</b>	<b>55.13</b>	<b>488.26</b>

## Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (kiaušiniai, kv. miltai)* T	18K/52	100	12.90	5.81	29.19	220.65
Sviesto-grietinės padažas	18K/52	15	0.32	7.26	0.31	67.86
Čiobrelių arbata	3Gér/83	150	0.00	0.00	3.50	14.00
<b>Iš viso:</b>			<b>13.23</b>	<b>13.07</b>	<b>33.00</b>	<b>302.51</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51.46</b>	<b>40.44</b>	<b>128.86</b>	<b>1085.20</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniame krosnyje mišriu režimu

2 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
5-jų grūdų košė su sviestu 82%(pienas)* T	27K/61	150/3	5.47	4.18	31.73	186.36
Jogurtas su vaisiais	5Š/95	90	0.50	0.15	16.78	70.50
Žalia arbata	3Gėr/83	150	0.00	0.00	7.49	29.94
Morkų lazdelės A	6Š/96	50	0.49	0.04	2.70	13.09
<b>Iš viso:</b>			<b>6.46</b>	<b>4.37</b>	<b>56.20</b>	<b>289.91</b>

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sr. A,T	9Sr/94	150	1.14	7.84	8.85	110.51
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Žemaičių blynai		120	8.84	5.83	21.52	173.87
Sviesto-grietinės padažas	24K/58	20	0.36	10.43	0.40	96.95
Kopūstų- morkų sal.A	15S/15	50	0.94	2.55	3.40	40.29
Vanduo su citrina	2Gėr/82	150	0.02	0.00	0.07	0.35
Vaisius A		100	0.40	0.40	13.00	57.20
<b>Iš viso:</b>			<b>23.44</b>	<b>27.29</b>	<b>56.40</b>	<b>523.89</b>

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (manai,kaišiniai)*	20K/54	120	19.01	11.78	13.26	235.11
Uogienės-jogurto padažas	20K/54	10/15	0.60	7.80	7.80	39.52
Arbata juoda	1Gėr/81	150	0.00	0.00	5.00	19.98
<b>Iš viso:</b>			<b>9.20</b>	<b>16.26</b>	<b>26.92</b>	<b>290.81</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39.10</b>	<b>47.92</b>	<b>139.52</b>	<b>1104.61</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje kepimo režimu



2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė (pienas)*T	35K/69	150	4.01	3.95	33.31	184.81
Pik nik sūrio lazdelė		20	5.34	4.16	0.60	61.20
Kakava su pienu* (pienas)	4Gėr/84	150	2.83	2.40	9.35	70.29
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.18	0.14	6.03	26.06
<b>Iš viso:</b>			<b>12.36</b>	<b>10.65</b>	<b>59.94</b>	<b>402.30</b>

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba A,T	10Sr/25	150	2.42	3.80	15.83	107.15
Grietinė 30%		4	0.10	1.20	0.11	11.64
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Kalakutienos kukulis T (kiaušiniai, kviet. miltai, pienas)*	3K/37	60	13.51	5.06	6.30	124.76
Bulvių košė su pienu* T	2G/72	60	1.02	2.02	7.78	53.37
Pekino sal. pom ir agur. A	6S/6	70	0.86	3.64	3.73	51.15
Vanduo su šald. braškėm	2Gėr/82	150	0.05	0.00	0.48	2.11
Vaisius (apelsinas) A		100	0.80	0.20	11.00	49.00
<b>Iš viso:</b>			<b>20.23</b>	<b>16.16</b>	<b>54.39</b>	<b>443.91</b>

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miltiniai blynai su obuoliu (pienas, kiaušiniai, kv. miltai)*T	12K/46	100	6.66	5.13	39.97	232.67
Uogienė-natūralus jogurtas	12K/46	10/15	0.74	0.60	7.80	39.52
Kmynų arbata	3Gėr/83	150	0	0	0.01	0.02
<b>Iš viso:</b>			<b>7.40</b>	<b>5.73</b>	<b>47.77</b>	<b>272.22</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39.99</b>	<b>32.54</b>	<b>162.10</b>	<b>1118.43</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausoiantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

**2 savaitė**  
**Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu (pienas)*T	32K/66	150/3	5.83	4.13	30.24	181.44
Sumušt. su sviestu 82% ir ferm. sūriu	2Š/92	20/3/20	6.50	6.64	8.27	118.78
Melisos arbata	3Gėr/83	150	0.00	0.00	5.00	20.01
Morkų lazdelės A	6Š/96	50	0.49	0.04	2.70	13.09
<b>Iš viso:</b>			<b>12.81</b>	<b>10.80</b>	<b>46.21</b>	<b>333.29</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba A,T	4Sr/19	150.00	3.41	5.28	16.39	126.75
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Jaut. bifšteksas T	2K/36	60	16.01	13.55	1.68	192.66
Virti ryžiai T	7G/77	60	1.50	2.11	16.55	91.19
Raug. kopūstų salotos A	9S/9	70	0.58	3.50	2.70	44.61
Vanduo su citrina	2Gėr/82	150	0.06	0.02	0.49	2.33
Vaisius (obuolys) A		100	0.40	0.40	13.00	57.20
<b>Iš viso:</b>			<b>23.45</b>	<b>25.09</b>	<b>59.96</b>	<b>559.47</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sūrio padažu (pienas, kv. miltai)* T	10K/44	100/50	10.92	9.56	33.37	263.18
Arbata juoda b.c.	1Gėr/81	150	0.00	0.00	0.006	0.02
<b>Iš viso:</b>			<b>10.92</b>	<b>9.56</b>	<b>33.38</b>	<b>263.21</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47.18</b>	<b>45.45</b>	<b>139.55</b>	<b>1155.97</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniame krosnyje mišriu režimu

2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė T (pienas,)*	31K/65	150	5.06	3.33	35.40	191.80
Pik nik sūrio lazdelė		20	5.34	4.16	0.60	61.20
Juodoji arbata	1Gėr/81	150	0.00	0.00	4.99	19.98
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.18	0.18	5.72	25.17
<b>Iš viso:</b>			<b>10.57</b>	<b>7.67</b>	<b>46.72</b>	<b>298.15</b>

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba A,T	2St/17	150	1.45	3.29	11.93	83.27
Grietinė 30%		4	0.10	1.20	0.11	11.64
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	30	2.23	0.36	13.77	67.24
Lašišos medalionai T		100	17.00	16.00	0.00	212.00
Bulvių, brokolių košė T	9G/79	60	1.34	2.10	6.27	49.35
Pekino sal. su agurku. A	3S/3	70	0.92	3.68	3.63	51.29
Vanduo su šald. uogom	2Gėr/82	150	0.02	0.00	0.41	1.75
Vaisius A		100	0.80	0.20	11.00	49.00
<b>Iš viso:</b>			<b>23.86</b>	<b>26.83</b>	<b>47.12</b>	<b>525.54</b>

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (kiaušiniai, kv. miltai)*T	7K/42	100	16.62	13.87	17.99	263.27
Uogienė		15	0.05	0.00	10.64	42.72
Arbata mėtų	3Gėr/83	150	0.00	0.00	4.99	19.96
<b>Iš viso:</b>			<b>16.66</b>	<b>13.87</b>	<b>33.62</b>	<b>325.95</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51.09</b>	<b>48.37</b>	<b>127.46</b>	<b>1149.64</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

**3 savaitė**  
**Pirmadienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė (pienas)* T	35K/69	150	4.01	3.95	33.31	184.81
Sumuštinis su sviestu 82% ir v. sūriu	3Š/93	20/5/20	4.24	6.26	9.81	112.48
Juodoji arbata	1Gėr/81	150	0.00	0.00	5.00	19.98
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.18	0.18	5.72	25.17
<b>Iš viso:</b>			<b>8.38</b>	<b>10.88</b>	<b>53.83</b>	<b>346.80</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šiupininė sriuba A,T (miežinės kr.)*	11Sr/26	150	3.13	3.40	15.44	104.86
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Bulvių-cukinių plokštainis T (miltai, kiaušiniai)*	1K/35	140	5.15	4.30	29.07	175.59
Sviesto grietinės padažas	1K/35	20	0.43	9.68	0.41	90.48
Bur.sal.su žirn.,raug.agurk.A	14S/14	50	1.11	3.52	4.19	51.21
Vanduo su citrina	2Gėr/82	150	0.06	0.02	0.49	2.33
Vaisius A		100	0.48	0.12	6.60	29.40
<b>Iš viso:</b>			<b>11.84</b>	<b>21.27</b>	<b>65.35</b>	<b>498.60</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniškios dešrelės T	19K/53	60	7.38	15.18	0.00	166.15
Pomidorų padažas	19K/53	10	0.25	0.00	2.18	9.72
Virti griekiai A,T	5G/75	60	2.68	2.94	20.39	118.78
Sausainis		10	0.80	0.40	6.70	33.60
Arbata čiobrelių	3Gėr/83	150	0.00	0.00	4.99	19.96
<b>Iš viso:</b>			<b>10.31</b>	<b>18.13</b>	<b>27.56</b>	<b>314.61</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>30.53</b>	<b>50.28</b>	<b>146.74</b>	<b>1160.01</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

**3 savaitė**  
**Antradienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dr. košė su obuoliais (pienas, avižos)*T	28K/62	150/15	5.84	5.43	28.26	185.23
Pik nik sūrio lazdelė		20	5.34	4.16	0.60	61.20
Žalia arbata	1Gėr/81	150	0.00	0.00	5.00	19.98
Sezoninis vaisius ar uogaA	6Š/96	50	0.45	0.03	6.30	27.27
<b>Iš viso:</b>			<b>11.63</b>	<b>9.62</b>	<b>40.16</b>	<b>293.69</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba A,T	8Sr/23	150	5.32	4.57	21.08	146.8
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Karališki balandėliai T (kiaušiniai)*	4K/38	80	16.76	9.39	5.65	174.16
Virtos bulvės su sv. T	8G/78	60	0.88	1.71	8.54	53.06
Pomidorai pjaustyti	7S/7	50	0.30	0.00	2.00	9.20
Pekino sal. su agurku. A	3S/3	50	0.66	2.63	2.59	36.64
Vanduo su apelsinu	2Gėr/82	150	0.03	0.01	0.36	1.59
Vaisius A		100	0.28	0.21	9.38	40.53
<b>Iš viso:</b>			<b>25.70</b>	<b>18.76</b>	<b>58.76</b>	<b>506.67</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai T (kv. miltai, kiaušiniai)*	18K/52	100	13.64	6.34	24.71	210.42
Sviesto-grietinės padažas	18K/52	15	0.32	7.26	0.31	67.86
Arbata mėtų	3Gėr/83	150	0.00	0.00	5.00	19.98
Sausainis		10	0.80	0.40	6.70	33.60
<b>Iš viso:</b>			<b>14.76</b>	<b>14.00</b>	<b>36.71</b>	<b>331.87</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52.08</b>	<b>42.37</b>	<b>135.62</b>	<b>1132.18</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

**3 savaitė**  
**Trečiadienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu 82% (pienas)*T	29K/63	150/4	5.20	5.52	29.41	188.08
Sumuštinis su trinta varške	4Š/94	20/20	2.77	1.45	12.50	74.13
Melisos arbata b.c.	3Gër/83	150	0.00	0.00	0.000	0.00
Morkų lazdelės A	6Š/96	50	0.49	0.04	2.70	13.09
<b>Iš viso:</b>			<b>8.45</b>	<b>7.00</b>	<b>49.60</b>	<b>295.26</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raug. kopūstų sriuba A,T	9Sr/24	150	1.14	7.84	8.85	110.51
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Tr.višt. file su daržov.T	16K/58	50/70	16.71	4.65	3.59	123.04
Virti makaronai T	6G/76	60	2.59	2.08	16.75	96.12
Agurkai (šv. arba raug.)A	7S/7	50	0.35	0.00	1.40	7.00
Vanduo su šald. uogom	2Gër/82	150	0.03	0.01	0.36	1.59
Vaisius A		100	0.80	0.20	11.00	49.00
<b>Iš viso:</b>			<b>23.92</b>	<b>15.21</b>	<b>62.23</b>	<b>481.50</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai (pienas kiaušiniai, kv.miltai)*T	11K/45	100	6.82	4.40	37.89	218.42
Uogienė		15	0.05	0.00	10.64	42.72
Kefyras 2,5%rieb.		150	4.80	3.75	5.85	76.35
<b>Iš viso:</b>			<b>11.66</b>	<b>8.15</b>	<b>54.37</b>	<b>337.49</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>44.03</b>	<b>30.36</b>	<b>166.21</b>	<b>1114.25</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu

3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (pienas,)* T	31K/65	150	5.60	4.65	36.22	209.13
Pik nik sūrio lazdelė		20	5.34	4.16	0.60	61.20
Juodoji arbata	1Gér/81	150	0.00	0.00	4.99	19.98
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.18	0.14	6.03	26.06
<b>Iš viso:</b>			<b>11.12</b>	<b>8.94</b>	<b>47.84</b>	<b>316.34</b>

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr. sriuba su bulvėmis A,T	5Sr/20	150	2.69	3.63	16.99	111.35
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Plovas kalakutienos T	25K/59	100	14.83	7.63	11.44	173.78
Pomidorai pjaustyti A	7S/7	50	0.30	0.00	2.00	9.20
Raugintų kopūstų sal. A	9S/9	50	0.42	2.50	1.93	31.86
Vanduo su apelsinu	2Gér/82	150	0.06	0.02	0.49	2.33
Vaisius ( bananas) A		100	1.50	0.10	21.00	90.90
<b>Iš viso:</b>			<b>21.25</b>	<b>14.10</b>	<b>62.88</b>	<b>463.41</b>

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškėčiai kepti orkaitėje T ( <i>kiaušiniai, kv.miltai</i> )*	6K/40	100	16.58	11.37	17.99	240.65
Uogienė-grietinė	6K/40	12.5/12.5	0.36	3.75	9.20	72.00
Čiobrelių arbata b.c.	3Gér/83	150	0.00	0.00	0.006	0.02
<b>Iš viso:</b>			<b>16.94</b>	<b>15.12</b>	<b>27.20</b>	<b>312.68</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49.32</b>	<b>38.17</b>	<b>142.90</b>	<b>1112.37</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniame krosnyje mišriu režimu

**3 savaitė**  
**Penktadienis**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas T (pienas, kiaušiniai, kv. miltai)*	13K/47	80	7.86	8.75	10.02	150.27
Juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Konserv. žali žirneliai	13K/47	15	0.68	0.05	1.93	10.83
Juodoji arbata	1Gėr/81	150	0.00	0.00	4.99	19.96
Sausainis		20	1.60	0.80	13.40	67.20
Sezoninis vaisius ar uoga A	6Š/96	50	0.18	0.18	5.72	25.17
<b>Iš viso:</b>			<b>11.80</b>	<b>10.01</b>	<b>45.22</b>	<b>318.17</b>

**Pietūs 11.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba A,T	10Sr/25	150	2.42	3.80	15.83	107.15
Grietinė 30%		4	0.10	1.20	0.11	11.64
Pilno grūdo juoda duona	1Š/91	20	1.48	0.24	9.16	44.72
Kepta žuvis (jūros lydeka) T	5K/39	60	12.32	3.55	3.71	96.12
Bulvių morkų košė pienu*T	1G/71	60	0.86	1.97	5.89	44.74
Kopūstų –morkų salotos A	15S/15	50	0.94	2.55	3.40	40.29
Burokėlių sal. su pupelėm A	2S/2	50	2.93	3.17	10.21	81.04
Vanduo su citrina	2Gėr/82	150	0.06	0.02	0.49	2.33
Vaisius A		100	0.80	0.20	11.00	49.00
<b>Iš viso:</b>			<b>21.85</b>	<b>16.68</b>	<b>59.30</b>	<b>474.69</b>

**Pavakariai 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kr. sriuba (perlinės)* T	7Sr/22	200	6.15	6.08	21.38	164.89
Bandelė (kiaušiniai, kv. miltai)*		50	5.22	1.14	30.96	154.98
Arbata liepžiedžių b.c.	3Gėr/83	150	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>11.37</b>	<b>7.22</b>	<b>52.35</b>	<b>319.89</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45.02</b>	<b>33.91</b>	<b>156.86</b>	<b>1112.70</b>

\*- alergijas arba netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai

A-augalinis, T- tausojantis

II patiekalas gaminamas konvekciniėje krosnyje mišriu režimu