

## Druskininkų sav. Viečiūnų progimnazija

Viečiūnų miestl., Jaunystės g. 8

(įstaigos pavadinimas, adresas)

### 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10

(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 sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ-01	180.00	8.24	8.17	35.17	247
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
<b>Iš viso:</b>			14.06	12.81	50.84	375

**Pietūs 11:35 - 11:45 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	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kiaulienos troškinytis su plikytais ryžiais (tausojantis)	KR-01	170.00	18.28	12.81	24.38	286
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	30.00	0.3	0.06	2.61	12
Ridikėliai (augalinis)	Sal-54	30.00	0.33	0.03	1.17	6
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 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
<b>Iš viso:</b>			33.09	25.84	70.62	647

**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
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	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			25.05	13.52	50.89	425
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			72.2	52.17	172.35	1448

\* **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 sviestu (tausojantis) (G, P)*	KOŠ-02	150.00	6.63	7.84	29.25	214
Trinta varškytė su bananais ir jogurtu (P)*	U-061	80.00	8.32	4.7	10.79	119
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Kakava su pienu be cukraus (P)*	Gr-589	150.00	2.97	2.31	4.58	51
<b>Iš viso:</b>			18.2	15.13	53.72	424

**Pietūs 11:35 - 11:45 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	70.00	1.65	2.28	11.91	75
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
Garintos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)	Sal-542	30.00	0.6	0.54	2.28	16
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Agurkų salotos su krapais (augalinis)	Sal-258	40.00	0.4	1.16	1.24	17
Garstyčių-grietinėlių padažas (GA, P)*	Pdz-25	20.00	0.41	5.09	0.76	50
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Vanduo su mėta	GĖR-02	150.00	0.01	0	0.03	0
* Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-2	200.00	0	0	30	120
<b>Iš viso:</b>			33.41	30.56	103.07	821

**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
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	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
<b>Iš viso:</b>			12.61	13.26	71.04	454
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			64.22	58.95	227.83	1699

\* **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**

**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 ir sviestu (tausojantis) (G, P)*	KOŠ-06	150.00	5.38	4.63	28.11	176
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P)*	U-09	48.00	6.75	7.91	14.05	154
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			12.53	12.94	55.16	387

**Pietūs 11:35 - 11:45 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	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Makaronų lakštų plokštainis su jautiena ir kiauliena (tausojantis) (G, P)*	KR-2388	150.00	23.76	17.51	33.18	385
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Garinti bruselio kopūstai (augalinis, tausojantis)	Sal-21	30.00	1.29	0.6	1.89	18
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
* 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	30.00	2.06	3.81	14.32	100
<b>Iš viso:</b>			31.91	26.72	114.1	825

**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	
Konvekinėje krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	GAR-07	170.00	4.2	6.99	37.91	231
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
Pienas 2,5 % riebumo (P)*	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
<b>Iš viso:</b>			10.81	11.38	65.55	408
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			55.25	51.04	234.81	1620

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

**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 sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-04	150.00	5.58	6.44	32.52	210
Trinta varškytė su uogomis ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	U-06	80.00	8.88	5.01	8.48	115
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
<b>Iš viso:</b>			14.94	11.93	56.6	394

**Pietūs 11:35 - 11:45 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) ( <b>SA</b> ) <sup>*</sup>	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 ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	Už-963	20.00	1.9	1.48	12.48	71
Vištiena saldžiarūgščiame padaže su daržovėmis (tausojantis) ( <b>VŠ</b> ) <sup>*</sup>	Kr-254	140.00	18.39	5.28	13.09	173
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-04	90.00	2.12	2.93	15.32	96
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	30.00	0.34	0.37	2.98	17
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	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 apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
*Varškės sūrelis be glaišto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-65	100.00	15.67	7.9	7	162
<b>Iš viso:</b>			41.47	25.72	77.26	706

**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 bananais (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	KR-19	150.00	23.12	18.06	31.38	381
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	20.00	0.1	0.02	2.8	12
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	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
<b>Iš viso:</b>			24.38	19.12	44.22	446
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			80.79	56.77	178.08	1546

\* **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	
Omletas su sūriu (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	KR-45	120.00	15.86	18.37	1.84	236
Duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
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
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.6	69
Kakava su pienu be cukraus ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Gr-589	150.00	2.97	2.31	4.58	51
<b>Iš viso:</b>			21.38	21.55	40.91	443

**Pietūs 11:35 - 11:45 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) ( <b>G, SA</b> ) <sup>*</sup>	SR-07	150.00	2.61	2.64	13.71	89
Duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kepta lašišos filė (tausojantis) ( <b>Ž</b> ) <sup>*</sup>	KR-14	80.00	20.8	17.36	0.77	243
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
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-08	40.00	0.66	1.65	3.94	33
Garstyčių-grietinėlių padažas ( <b>GA, P</b> ) <sup>*</sup>	Pdz-25	20.00	0.41	5.09	0.76	50
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
* Jogurtas indelyje (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Nem-88	125.00	3.5	3.13	11.38	88
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	Nem-89	30.00	2.06	3.81	14.32	100
<b>Iš viso:</b>			35.21	35.18	91.35	823

**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) ( <b>G, P, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	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
<b>Iš viso:</b>			19.44	12.69	48.89	388
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			76.03	69.42	181.15	1654

\* **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, GA - Garstyčios ir jų produktai, VŠ - Vištiena

**2 Savaitė, Pirmadienis**

**Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (tausojantis) (G, P)*	KOŠ-06	200.00	7.17	6.17	37.48	234
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
Kakava su pienu be cukraus (P)*	Gr-589	150.00	2.97	2.31	4.58	51
<b>Iš viso:</b>			15.96	13.12	57.73	413

**Pietūs 11:35 - 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis, tausojantis) (SA)*	SR-145	130.00	1.18	1.77	8.49	55
Duona (G)*	U-1	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Kiaulienos nugarinės kepsnys su sūriu (K, P)*	Kr-213	90.00	22.4	18.89	9.14	296
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-65	80.00	3.53	0.87	19.41	100
Cukinių lazdelės (augalinis, tausojantis)	Sal-255	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis)	Sal-268	40.00	0.49	1.72	1.5	23
Grietinė-lės-pomidorų padažas (P)*	PAD-081	15.00	0.32	4.46	0.5	43
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su apelsinu ir mėtos lapeliais	GĖR-07	150.00	0.03	0.01	0.35	2
*Varškės sūrelis be glaišto (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-65	100.00	15.67	7.9	7	162
<b>Iš viso:</b>			45.57	36.34	70.81	793

**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (G, K, P)*	KR-10	150.00	24.95	19.32	27.47	384
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	15.00	0.08	0.02	2.1	9
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
<b>Iš viso:</b>			26.19	20.38	39.61	447
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			87.72	69.84	168.15	1652

\* **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 sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ-03	150.00	3.2	6.75	27.14	182
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu (G, K, P)*	U-08	53.00	4.43	5.64	14.23	125
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			8.17	12.85	56.57	375

**Pietūs 11:35 - 11:45 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	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Tarkuotų bulvių plokštainis (G, K, P)*	Kr-465	200.00	7.25	2.24	41.68	216
Grietinė 30 % riebumo (padažui) (P)*	PAD-021	25.00	0.6	7.5	0.78	73
Pienas 2,5 % riebumo (P)*	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
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
* 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
<b>Iš viso:</b>			21.7	21.18	125.49	779

**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
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	90.00	0.36	0.36	11.7	51
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			12.26	12.89	72.29	454
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			42.13	46.92	254.35	1608

\* **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**

**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 perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (G, P)*	SR-19	180.00	6.08	7.19	26.93	197
Keptas sumuštinis su fermentiniu sūriu (G, P)*	Už-258	50.00	7.42	10.46	13.02	176
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			13.9	18.05	52.95	430

**Pietūs 11:35 - 11:45 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	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Troškintas kiaulienos maltinukas su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis) (K, P)*	Kr-251	90.00	14.82	16.57	10.28	250
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
Ridikėliai (augalinis)	Sal-54	30.00	0.33	0.03	1.17	6
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Lapinės salotos su agurkais ir ridikėliais (augalinis)	Sal-214	40.00	0.48	1.56	1.3	21
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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	50.00	3.43	6.35	23.87	166
<b>Iš viso:</b>			25.29	30.52	95.61	758

**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
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	30.00	0.3	0.06	2.61	12
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
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			18.83	12	53.91	399
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			58.02	60.57	202.47	1587

\* **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, 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 sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ-05	150.00	5.29	5.78	38.88	229
Trinta varškytė su bananais ir jogurtu (P)*	U-061	80.00	8.32	4.7	10.79	119
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
<b>Iš viso:</b>			14.09	10.96	65.27	416

**Pietūs 11:35 - 11:45 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	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Kepta vištienos krūtinėlė (K, P, VŠ)*	KR-058	90.00	23.1	8.26	10.92	210
Perlinis kuskusas (tausojantis, augalinis)	Kr-223	80.00	4.16	1.29	24.74	127
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
Kopūstų salotos su morkomis, agurkais, pomidorais, paprikomis ir porais (augalinis)	SI-5	40.00	0.5	3.3	2.33	41
Kario-grietinėlės padažas (P)*	Pdz-585	20.00	0.33	5	0.44	48
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su apelsinu ir mėtos lapeliais	GĖR-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
<b>Iš viso:</b>			35.84	24.52	103.34	777

**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	
Omletas (tausojantis) (K, P)*	KR-31	130.00	14.03	16.78	2.5	217
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
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Obuolių sultys (augalinis)	GĖR-10	150.00	0.15	0.15	15	62
<b>Iš viso:</b>			18.26	18.4	38.5	393
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			68.19	53.88	207.11	1586

\* **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.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kviečių dribsnių košė su sviestu ir bananais (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-10	180.00	6.31	6.61	35.73	228
Grūdėta varškė, 7 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Už-254	80.00	12.8	7.2	2.8	127
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			19.69	14.29	54.47	425

**Pietūs 11:35 - 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių trinta sriuba (tausojantis, augalinis) ( <b>SA</b> ) <sup>*</sup>	SR-037	150.00	2.64	2.82	11.77	83
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	Už-963	20.00	1.9	1.48	12.48	71
Kepta lydekos filė su sezamo sėklomis ( <b>G, K, P, SE, Ž</b> ) <sup>*</sup>	Kr-258	90.00	14.54	11.74	10.11	204
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	30.00	0.34	0.37	2.98	17
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Agurkų ir pomidorų salotos su krapais (augalinis)	Sal-2585	40.00	0.44	1.16	1.64	19
Grietinė-lės-pomidorų padažas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-081	15.00	0.32	4.46	0.5	43
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	Nem-89	30.00	2.06	3.81	14.32	100
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
<b>Iš viso:</b>			30.3	33.17	82.95	752

**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su jautiena (tausojantis) ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>	KR-37	150.00	16.53	12.24	42.47	346
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-02	20.00	0.48	6	0.62	58
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
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
<b>Iš viso:</b>			17.92	18.73	54.86	460
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			67.91	66.19	192.28	1636

\* **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**

**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 sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-02	170.00	7.51	8.89	33.15	243
Trinta varškytė su bananais ir jogurtu ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	U-061	80.00	8.32	4.7	10.79	119
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			16.23	13.99	56.94	419

**Pietūs 11:35 - 11:45 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) ( <b>G, SA</b> ) <sup>*</sup>	SR-09	150.00	1.43	2.68	11.59	76
Duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Vištienos krūtinėlė užkepta daržovėmis ir sūriu ( <b>K, P, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	Kr-689	90.00	18.47	8.23	9.48	186
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-65	80.00	3.53	0.87	19.41	100
Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	GAR-08	30.00	0.78	0.73	1.98	18
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Burokėlių salotos su kepintomis saulėgražomis (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 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
<b>Iš viso:</b>			43.68	24.91	89.06	755

**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) ( <b>G, P, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	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
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.4	21
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			19.47	12.44	40.35	351
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			79.38	51.34	186.35	1525

\* **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**

**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 ir sviestu (tausojantis) <b>(G, P)</b> *	KOŠ-06	200.00	7.17	6.17	37.48	234
Sūrio lazdelė <b>(P)</b> *	U-04	40.00	10.68	8.32	0.14	118
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
<b>Iš viso:</b>			18.33	14.97	53.22	421

**Pietūs 11:35 - 11:45 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) <b>(SA)</b> *	SR-08	150.00	4.32	3.26	16.27	112
Duona <b>(G)</b> *	U-1	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Vištienos vėrinukai (tausojantis) <b>(VŠ)</b> *	Kr-1421	100.00	29.8	7.86	3.27	203
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	80.00	2.36	0.1	20.5	92
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Ridikėliai (augalinis)	Sal-54	30.00	0.33	0.03	1.17	6
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-10	40.00	0.5	3.63	2.2	43
Pomidorų padažas	PAD-10	20.00	0.24	0	5.6	23
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) <b>(P)</b> *	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui) <b>(G)</b> *	Nem-89	30.00	2.06	3.81	14.32	100
<b>Iš viso:</b>			46.81	23.59	89.78	759

**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) <b>(G, K, P)</b> *	KR-16	180.00	23.71	12.4	37.91	358
Natūralus jogurtas <b>(P)</b> *	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			24.91	13.43	53.82	436
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			90.05	51.99	196.82	1615

\* **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 (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	KR-31	130.00	14.03	16.78	2.5	217
Duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	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
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.6	69
Kakava su pienu be cukraus ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Gr-589	150.00	2.97	2.31	4.58	51
<b>Iš viso:</b>			20.78	19.96	44.94	443

**Pietūs 11:35 - 11:45 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) ( <b>SA</b> ) <sup>*</sup>	SR-11	150.00	3.32	2.5	13.22	89
Duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis) ( <b>K</b> ) <sup>*</sup>	KR-3722	150.00	10.64	4.98	37.88	239
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-02	20.00	0.48	6	0.62	58
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Pienas 2,5 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
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
<b>Iš viso:</b>			21.29	17.86	116.32	711

**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 ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	KR-26a2	130.00	11.31	11	55.81	367
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			12.39	11.91	67.82	428
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			54.46	49.73	229.08	1582

\* **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.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) (G, P)*	KOŠ-04	150.00	5.58	6.44	32.52	210
Grūdėta varškė, 7 % riebumo (P)*	Už-254	80.00	12.8	7.2	2.8	127
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
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
<b>Iš viso:</b>			19.04	14.2	53.86	419

**Pietūs 11:35 - 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, 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	80.00	1.68	3.39	15.16	98
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
Garinti briuselio kopūstai (augalinis, tausojantis)	Sal-21	30.00	1.29	0.6	1.89	18
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 agurku	GĖR-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
<b>Iš viso:</b>			27.89	32.19	106.65	828

**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, 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
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
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
<b>Iš viso:</b>			23.87	17.79	38.79	411
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			70.8	64.18	199.3	1658

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

**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 sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-08	180.00	6.88	7.76	31.3	223
Viso grūdo duona su sviestu ir varškės sūriu ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	U-03	48.00	4.88	5.2	16.29	131
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
<b>Iš viso:</b>			12.24	13.44	63.19	423

**Pietūs 11:35 - 11:45 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) ( <b>SA</b> ) <sup>*</sup>	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 ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽ-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Upėtakio filė maltinukas (tausojantis) ( <b>G, K, Ž</b> ) <sup>*</sup>	KR-248	90.00	18.94	12.89	7.97	224
Perlinis kuskusas (tausojantis, augalinis)	Kr-223	80.00	4.16	1.29	24.74	127
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	30.00	0.34	0.37	2.98	17
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Agurkų ir pomidorų salotos su krapais (augalinis)	Sal-2585	40.00	0.44	1.16	1.64	19
Citrininis-grietinėlės padažas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Pdz-689	15.00	0.25	3.75	0.38	36
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
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
<b>Iš viso:</b>			44.36	33.04	83.97	811

**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 ( <b>G, K, P, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	Kr-5868	150.00	25.41	14.64	33.38	367
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	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
<b>Iš viso:</b>			27.08	15.95	49.3	449
<b>Iš viso dienos davinio :</b>			83.68	62.43	196.46	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, VŠ - Vištiena