

Druskininkų sav. Viečiūnų progimnazija

Viečiūnų miestl., Jaunystės g. 8

(įstaigos pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 metų ir vyresnių

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 08:00 iki 17:00 val.

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

1 Savaitė, Pirmadienis

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)	SR-03	150.00	1.12	2.62	6.97	56
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kiaulienos troškiny su plikytais ryžiais (tausojantis)	KR-01	250.00	22.52	17	42.92	415
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	SI-18	50.00	1.37	2.59	6.2	54
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
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			38.86	34.56	127.49	976
Iš viso dienos davinio :			38.86	34.56	127.49	976

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

1 Savaitė, Antradienis

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)	SR-1	150.00	0.99	1.76	7.02	48
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Vištienos krūtinėlės juostelės su sezamo sėklomis	Kr-952	130.00	32.7	18.82	17.88	372
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	40.00	1.32	0.98	2.51	24
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	40.00	1.96	0.08	6.32	34
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	SAL-06	50.00	0.54	4.1	4.76	58
Garstyčių-grietinėlių padažas	Pdz-25	40.00	0.82	10.18	1.52	101
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
*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)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			61.17	55.86	125.8	1251
Iš viso dienos davinio :			61.17	55.86	125.8	1251

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

1 Savaitė, Trečiadienis

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)	SR-05	150.00	1.01	2.68	8.03	60
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Makaronų lakštų plokštainis su kalakutiena (tausojantis)	KR-2389	250.00	40.8	26.03	53.25	610
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	50.00	0.52	1.27	3.11	26
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)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			56.21	42.35	134.22	1143
Iš viso dienos davinio :			56.21	42.35	134.22	1143

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

1 Savaitė, Ketvirtadienis

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)	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	Už-963	20.00	1.9	1.48	12.48	71
Vištienos maltinukas su varške (tausojantis)	Kr-212	120.00	27.15	10.85	8.21	239
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Cukinių lazdelės (augalinis, tausojantis)	Sal-255	40.00	0.48	0.04	1.36	8
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir kons. kukurūzais (augalinis)	SAL-18	50.00	0.73	4.16	3.34	54
Kario-grietinėlių padažas	Pdz-585	40.00	0.66	10	0.89	96
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
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			43.1	39.45	99.54	926
Iš viso dienos davinio :			43.1	39.45	99.54	926

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

1 Savaitė, Penktadienis

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)	SR-07	150.00	2.61	2.64	13.71	89
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kepta lašišos filė (tausojantis)	KR-14	130.00	33.8	28.21	1.25	394
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	120.00	4.58	1.42	27.22	140
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
Agurkų ir ridikėlių salotos su krapais (augalinis)	Sal-259	50.00	0.49	1.06	1.58	18
Citrininis-grietinėlių padažas	Pdz-689	40.00	0.67	10.01	1.01	97
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	65.00	4.47	8.26	31.02	216
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			61.35	61.97	117.63	1274
Iš viso dienos davinio :			61.35	61.97	117.63	1274

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

2 Savaitė, Pirmadienis

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)	SR-144	150.00	1.76	5.06	11.66	99
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kiaulienos nugarinės kepsnys su sūriu	Kr-213	130.00	32.35	27.28	13.2	428
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	120.00	4.58	1.42	27.22	140
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	50.00	0.52	1.27	3.11	26
Grietinėlės-pomidorų padažas	PAD-081	40.00	0.86	11.89	1.33	116
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:			43.11	48.08	126.59	1112
Iš viso dienos davinio :			43.11	48.08	126.59	1112

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

2 Savaitė, Antradienis

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)	SR-094	150.00	4.32	2.85	15.73	106
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Bulvių plokštainis	Kr-46	250.00	7.8	6.08	49.79	285
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-021	40.00	0.96	12	1.24	117
Pienas 2,5 % riebumo	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 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)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			38.08	39.22	139.32	1063
Iš viso dienos davinio :			38.08	39.22	139.32	1063

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

2 Savaitė, Trečiadienis

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)	SR-25	150.00	1.98	2.41	9.38	67
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Troškintas kalakutienos maltinukas su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis)	Kr-252	130.00	24.06	21.4	10.23	330
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Pomidorų salotos su jogurtu ir krapais	Sal-977	50.00	0.73	0.29	2.31	15
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	65.00	4.47	8.26	31.02	216
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-95	200.00	1.2	0.2	19.8	86
Iš viso:			38.54	40.62	133.54	1054
Iš viso dienos davinio :			38.54	40.62	133.54	1054

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

2 Savaitė, Ketvirtadienis

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)	SR-10	150.00	1.28	2.67	10.04	69
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Vištienos krūtinėlės blynėliai	Kr-245	180.00	34.7	15.48	9.74	317
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	120.00	3.54	0.16	30.76	139
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	40.00	1.16	0.24	8.8	42
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	40.00	1.32	0.98	2.51	24
Agurkų ir pomidorų salotos su krapais (augalinis)	Sal-2585	50.00	0.56	1.46	2.05	24
Kario-grietinėlių padažas	Pdz-585	40.00	0.66	10	0.89	96
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:			45.67	34.86	131.65	1023
Iš viso dienos davinio :			45.67	34.86	131.65	1023

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

2 Savaitė, Penktadienis

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)	SR-064	150.00	1.54	5.25	15.34	115
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi	Už-963	20.00	1.9	1.48	12.48	71
Kepta lydekų filė su sezamo sėklomis ir sūriu	Kr-256	130.00	26.97	23	16.04	379
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Agurkų salotos su krapais ir jogurtu	Sal-256	50.00	0.74	0.33	1.71	13
Grietinė-lės-pomidorų padažas	PAD-081	40.00	0.86	11.89	1.33	116
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
*Rištainiai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-658	65.00	4.47	8.26	31.02	216
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			46.21	59.17	122.68	1208
Iš viso dienos davinio :			46.21	59.17	122.68	1208

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

3 Savaitė, Pirmadienis

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)	SR-09	150.00	1.43	2.68	11.59	76
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kalakutienos troškiny su plikytai ryžiais (tausojantis)	Kr-95	250.00	30.12	15.73	30.15	383
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Burokėlių salotos su kepintomis saulėgrąžomis (tausojantis, augalinis)	Sal-254	50.00	1.95	4.51	6.01	72
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)	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:			41.76	28.12	118.73	895
Iš viso dienos davinio :			41.76	28.12	118.73	895

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

3 Savaitė, Antradienis

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)	SR-08	150.00	4.32	3.26	16.27	112
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Vištienos maltinukas (tausojantis)	Kr-216	130.00	31.07	9.67	7.57	242
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	120.00	4.58	1.42	27.22	140
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	40.00	1.32	0.98	2.51	24
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	40.00	1.16	0.24	8.8	42
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	SAL-06	50.00	0.54	4.1	4.76	58
Garstyčių-grietinės padažas	Pdz-25	40.00	0.82	10.18	1.52	101
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)	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:			58.41	40.24	134.1	1132
Iš viso dienos davinio :			58.41	40.24	134.1	1132

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

3 Savaitė, Trečiadienis

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)	SR-11	150.00	3.32	2.5	13.22	89
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Varškės - bulvių kukulaičiai (tausojantis)	KR-22	300.00	26.88	13.17	79.35	543
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	40.00	0.96	12	1.24	117
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
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			45.24	37.07	150.26	1116
Iš viso dienos davinio :			45.24	37.07	150.26	1116

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

3 Savaitė, Ketvirtadienis

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)	SR-15	150.00	1.11	2.46	8.05	59
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Makaronai su vištiena ir sūriu (tausojantis)	KR-1151	250.00	30.83	20.29	56.62	532
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
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-10	50.00	0.62	4.53	2.76	54
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
*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)	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			47.97	39.31	135.33	1087
Iš viso dienos davinio :			47.97	39.31	135.33	1087

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

3 Savaitė, Penktadienis

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)	SR-072	130.00	5	2.4	21.36	127
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kepta lašišos filė (tausojantis)	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
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Lapinės salotos su agurkais ir ridikėliais (augalinis)	Sal-214	50.00	0.6	1.95	1.63	26
Citrininis-grietinėlių padažas	Pdz-689	40.00	0.67	10.01	1.01	97
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)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			57.53	52.39	106.59	1128
Iš viso dienos davinio :			57.53	52.39	106.59	1128

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

4 Savaitė, Pirmadienis

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)	SR-07	150.00	2.61	2.64	13.71	89
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kalakutienos maltinukas su cukinijomis (tausojantis)	Kr-328	120.00	21.64	7.74	11.43	202
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-65	120.00	5.29	1.31	29.11	149
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-025	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	40.00	1.16	0.24	8.8	42
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-24	50.00	0.52	1.27	3.11	26
Garstyčių-grietinės padažas	Pdz-25	40.00	0.82	10.18	1.52	101
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
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-1	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			39.9	28.5	135.18	957
Iš viso dienos davinio :			39.9	28.5	135.18	957

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

4 Savaitė, Antradienis

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)	SR-1	150.00	0.99	1.76	7.02	48
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Tarkuotų bulvių didžkukuliai su kiauliena	Kr-253	300.00	21.16	6	87.3	488
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-021	40.00	0.96	12	1.24	117
Pienas 2,5 % riebumo	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
*Riestainiai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-658	65.00	4.47	8.26	31.02	216
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			45.69	42.46	170.78	1248
Iš viso dienos davinio :			45.69	42.46	170.78	1248

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

4 Savaitė, Trečiadienis

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)	SR-064	150.00	1.54	5.25	15.34	115
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi	Už-963	20.00	1.9	1.48	12.48	71
Vištienos krūtinėlės blynėliai	Kr-245	180.00	34.7	15.48	9.74	317
Virtos perlinio kuskuso kruopos (tausojantis, augalinis)	Kr-223	120.00	4.58	1.42	27.22	140
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	40.00	1.96	0.08	6.32	34
Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis)	Sal-268	50.00	0.62	2.15	1.88	29
Kario-grietinėlių padažas	Pdz-585	40.00	0.66	10	0.89	96
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)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			56.98	44.26	105.15	1047
Iš viso dienos davinio :			56.98	44.26	105.15	1047

Direktorė, Ieva Kadziauskiene

4 Savaitė, Ketvirtadienis

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)	SR-03	150.00	1.12	2.62	6.97	56
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Makaronai su vištiena ir sūriu (tausojantis)	KR-1151	250.00	30.83	20.29	56.62	532
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Agurkų salotos su krapais ir jogurtu	Sal-256	50.00	0.74	0.33	1.71	13
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
*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)	Nem-1	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			53.67	39.57	137.1	1119
Iš viso dienos davinio :			53.67	39.57	137.1	1119

Direktorė, Ieva Kadziauskienė

4 Savaitė, Penktadienis

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)	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	Už-963	20.00	1.9	1.48	12.48	71
Kepta tilapijos filė	Kr-174	130.00	24.85	15.23	15.22	297
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
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
Lapinės salotos su pomidorais (augalinis)	Sal-86	50.00	0.53	3.31	1.94	40
Grietinė-lės-pomidorų padažas	PAD-081	40.00	0.86	11.89	1.33	116
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
*Riestainiai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-658	65.00	4.47	8.26	31.02	216
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-95	200.00	1.2	0.2	19.8	86
Iš viso:			39.29	48.37	117.24	1061
Iš viso dienos davinio :			39.29	48.37	117.24	1061