

PIRMA SAVAITĖ - PIRMADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška miežinių kruopų košė (tausojantis)	Kr001	150/5	200/5	7,8	10,47	6,25	6,96	40,4	53,93	249,4	320,21
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				8,1	10,87	6,55	7,36	50,8	66,93	295,4	377,21

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	100	150	1,04	1,55	1,42	2,13	5,06	7,59	37,18	55,78
Grietinėje troškinta kalakutienos filė su morkomis (tausojantis)	P015	115	140	16,35	19,91	9,86	12	6,39	7,77	179,7	218,77
Žaliųjų žirnelių ir bulvių košė (tausojantis)	Gr021	120	150	5,5	6,9	1,8	2,2	20,3	25,4	119	149
Šviežių daržovių rinkinukas (N2 agurkai, pomidorai)	D006	20/20	25/25	0,4	0,5	0,1	0,1	1,3	1,6	7	9
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	100	150	0,0	0,1	0,0	0,0	0,5	0,7	2	3
<b>Iš viso:</b>				23,29	28,96	13,18	16,43	33,55	43,06	344,9	435,55

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Morkų blynėliai su natūraliu jogurtu (2/5%)(tausojantis)	D001	100/20	120/20	9,2	10,9	9,1	10,8	32,3	38,6	248	296
Pienas 2/5%		100	150	3,4	5,1	2,5	3,8	4,9	7,4	56	84
<b>Iš viso:</b>				12,6	16	11,6	14,6	37,2	46	304	380
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				43,99	55,83	31,33	38,39	121,55	155,99	944,3	1192,8

PIRMA SAVAITĖ - ANTRADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška ryžių košė (tausojantis)	Kr003	150/5/15	200/5/15	5,44	7,19	5,75	6,27	34,69	45,64	212,3	267,71
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,2	11	17
<b>Iš viso:</b>				5,74	7,59	6,05	6,67	47,89	62,84	269,3	341,71

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	100	150	3,44	5,16	1,53	2,29	11,63	17,44	74,02	111,03
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	80	100	18,15	22,68	3,97	2,88	4,6	5,75	126,7	139,62
Virti ryžiai (tausojantis)	Gr007	100	120	5,1	6,2	0,7	0,9	31,6	38,0	153	184
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr17 morkos, kalafiorai)	D006	20/20	25/25	0,7	0,9	0,1	0,1	2,6	3,3	14	18
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	G009	100	150	0,0	0,1	0,0	0,0	0,3	0,5	1	2
<b>Iš viso:</b>				27,39	35,04	6,3	6,17	50,73	26,99	368,7	454,65

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Skryliai su grietine (30%) trintomis braškėmis ir bananais	M009	120/20/15	160/30/15	7,3	9,7	8,5	12,3	40,7	52,7	269	361
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				7,3	9,7	8,5	12,3	40,7	52,7	269	361
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				40,43	52,33	20,85	25,14	139,32	142,53	907	1157,4

PIRMA SAVAITĖ - TREČIADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	150	200	6,58	8,71	7,96	9,22	37,03	48,76	246,1	312,82
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				6,88	9,11	8,26	9,62	47,43	61,76	292,1	369,82

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr011	100	150	1,39	2,08	1,08	1,63	7,57	11,35	45,56	68,34
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	P021	90	100	14,35	15,94	8,53	9,48	5,01	5,57	154,2	171,36
Pilno grūdo makaronai (tausojantis)	Gr010	100	120	6,2	7,4	1,2	1,5	33,6	40,3	170	204
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr13 paprikos, agurkai)	D006	20/20	30/30	0,4	0,6	0,1	0,2	1,8	2,7	10	15
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	100	150	0,1	0,1	0,0	0,0	0,6	1	3	5
<b>Iš viso:</b>				22,44	26,12	10,91	12,81	48,58	60,92	382,8	463,7

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Virti varškėčiai su natūraliu jogurtu 2,5% paskanintu avietėmis (tausojantis)	V001	120/15/15	150/15/15	17,4	21,6	9	11,1	30,6	37,7	276	337
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				17,4	21,6	9	11,1	30,6	37,7	276	337
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				46,72	56,83	28,17	33,53	126,61	160,38	950,9	1170,5

PIRMA SAVAITĖ - KETVIRTADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Bolivinės balandos su obuoliais razinomis (tausojantis) (augalinis)	Kr007.1	150	200	5,05	6,74	8,15	10,86	35,47	47,3	235,4	313,92
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Kakava su penu (2,5%)	G002	100	100	2,1	2,1	1,7	1,7	10,9	10,9	49	49
<b>Iš viso:</b>				7,45	9,24	10,15	12,96	56,77	71,2	330,4	419,92

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	100	150	1,41	2,11	1,09	1,64	9,61	14,42	53,92	80,88
Plovas su vištiena (tausojantis)	P023	170	220	23,89	30,92	9,52	12,32	33,71	43,63	316,1	409,07
Šviežių daržovių rinkinukas( Nr4 paprikos, agurkai)	D006	20/20	25/25	0,4	0,5	0,1	0,2	1,8	2,2	10	13
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	100	150	0,0	0,1	0,0	0,0	0,5	0,7	2	3
<b>Iš viso:</b>				25,7	33,63	10,71	14,16	45,62	60,95	382	505,95

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Kukurūzų miltų blynai su natūraliu jogurtu (2,5%) paskanintu trintomis braškėmis	M002	130/35/20	165/35/20	8,6	10,5	12,6	15,8	38,1	47,5	300	374
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				8,6	10,5	12,6	15,8	38,1	47,5	300	374
Iš viso (dienos davino):				41,75	53,37	33,46	42,92	140,49	179,65	1012	1299,9

PIRMA SAVAITĖ -PENKTADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Grikių kruopų košė (tausojantis)	Kr012	150	200	5,2	6,93	1,28	1,71	28,59	38,12	146,6	109,98
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,2	11	17
<b>Iš viso:</b>				5,5	7,33	1,58	2,11	41,79	55,32	203,6	183,98

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100	150	1,5	2,3	1,5	2,3	11,6	17,4	66	99
Šviežių kopūstų balandėliai įdaryti kiauliena ir ryžiais (tausojantis)	K007	160	200	15,41	19,26	4,54	5,68	18,8	23,49	177,7	222,1
Bulvių košė su krapais (tausojantis)	Gr012.1	100	120	2,3	2,7	2,9	3,5	16,9	20,2	103	123
Šviežių daržovių rinkinukas (N2 agurkai, pomidorai)	D006	65/65	77,5/77,5	1,2	1,4	0,3	0,3	4,2	5	24	28
Stalo vanduo su kriaušėmis	G009	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	1	3	4
<b>Iš viso:</b>				20,41	25,66	9,24	11,78	52,2	67,09	373,7	476,1

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Kukurūzų miltų ir bananų blynai su trintais obuoliais	M001	70/20/30	80/30/30	5,9	7,1	11,9	14,5	29,2	34,9	247	299
Natūralus jogurtas su kriaušėmis (3,5%) (tausojantis)	U036	63/27	91/39	2,2	3,2	1,7	2,4	6,7	9,6	50	73
<b>Iš viso:</b>				8,1	10,3	13,6	16,9	35,9	44,5	297	372
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				34,01	43,29	24,42	30,79	129,89	166,91	874,3	1032,1

**ANTRA SAVAITĖ - PIRMADIENIS**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška avižinių kruopų košė su trintomis braškėmis ir sezamo sėklomis (tausojantis)	Kr011	150/10/1	200/10/1	7,1	9,4	4	5,1	23,1	30,4	157	206
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu, fermentiniu sūriu, pomidorais ir agurkais (tausojantis)	U019	20/3/7/5/5	20/3/10/5/5	3,3	4	4,6	5,3	10,9	10,9	98	108
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				10,7	13,8	8,9	10,8	44,4	54,3	301	371

**Pietūs 12.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Daržovių sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr010	100	150	1,1	1,7	1	1,6	5,5	8,3	36	54
Pilno grūdo rūginė duona		20	30	1,1	1,6	0,2	0,3	8,7	13	41	61
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	115/65	115/65	19,9	19,9	7,9	7,9	34,9	34,9	291	291
Natūralus jogurtas 2,5%		20	30	0,7	1	0,5	0,8	0,8	1,3	11	16
Morkų lazdelės	D000	100	100	1	1	0,2	0,2	8,7	8,7	41	41
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	100	150	0	0	0	0	0,7	1	3	4
<b>Iš viso:</b>				23,8	25,2	9,8	10,8	59,3	67,2	423	467

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Spelta miltų sklindžiai su obuoliais ir natūraliu jogurtu 3,5% paskanintu trintomis braškėmis	M003	110/15/15	140/15/15	7,8	9,7	12,5	15,8	37,8	47,6	295	371
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				7,8	9,7	12,5	15,8	37,8	47,6	295	371
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				42,3	48,7	31,2	37,4	141,5	169,1	1019	1209

**ANTRA SAVAITĖ - ANTRADIENIS**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška kvietinių kruopų koše pagardinta sviestu (82 %) ir mėlynėmis (tausojantis)	Kr023	150/15/15	200/15/15	7	9,2	7,5	8,6	24,9	32,6	195	245
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				7,3	9,6	7,8	9	35,3	45,6	241	302

**Pietūs 12.00. val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)( augalinis)	Sr017	100	150	1,04	1,55	1,42	2,13	5,06	7,59	37,2	55,78
Menkių filė su cukinijomis ir pomidorais (tausojantis)	Ž006	80/20	96/24	18,2	21,8	2,5	3	1,5	1,8	102	122
Virti ryžiai su kariu (tausojantis)	Gr002	120	150	4,5	5,7	0,2	0,3	39,3	49,1	178	222
Šviežių agurkų salotos su krapais	S011	100	120	0,8	0,9	5,2	6,2	2,3	2,8	59	71
Stalo vanduo paskanintas melionais	G009	100	150	0,4	0,5	0,0	0,0	0,4	0,6	3	4
<b>Iš viso:</b>				24,94	30,45	9,32	11,63	48,56	61,89	379	474,8

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Lietiniai su varškės įdaru ir natūraliu jogurtu 3,5% pagardintu trintomis avietėmis	M010.1	80/40/15	87/43/15	11,5	12,4	10,1	10,8	26,3	28,3	242	260
Pienas 2/5%		100	150	3,4	5,1	2,5	3,8	4,9	7,4	56	84
<b>Iš viso:</b>				14,9	17,5	12,6	14,6	31,2	35,7	298	344
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				47,14	57,55	29,7	35,23	115,06	143,19	918	1121

**ANTRA SAVAITĖ - TREČIADIENIS**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška sorų kruopų košė su braškėmis, mėlynėmis (tausojantis)	Kr018	150/10/5	200/10/5	8,0	10,4	5,3	6,6	30,9	40,5	204	263
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				8,3	10,8	5,6	7	41,3	53,5	250	320

**Pietūs 12.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr012	100	150	1,5	2,2	1,5	2,3	11,4	17,1	65	98
Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai (tausojantis)	K005	60	70	13,8	16,1	13,7	16	1	1,1	183	213
Pilno grūdo makaronai (tausojantis)	Gr010	80	100	5	6,2	1	1,2	26,9	33,6	136	170
Šviežių daržovių rinkinukas ( Nr 7 morkos, paprikos )	D006	20/20	25/25	0,5	0,6	0,1	0,2	3,1	3,8	15	19
Stalo vanduo su kriaušėmis	G009	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	1	3	4
<b>Iš viso:</b>				20,8	25,1	16,3	19,7	43,1	56,6	402	504

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Spelta miltų blynėliai su cukinijomis ir narūraliu jogurtu 2,5%	M007	100/20	140/20	9,4	12,8	9,9	13,7	35,9	50	270	374
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				9,4	12,8	9,9	13,7	35,9	50	270	374
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				38,5	48,7	31,8	40,4	120,3	160,1	922	1198



**ANTRA SAVAITĖ - KETVIRTADIENIS**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Manų kruopų košė praturtinta avižų sėlenomis ir pagardinta vyšniomis be kauliukų (tausojantis)	Kr022	150/5/15	200/5/15	6,1	7,8	8,7	11,5	24,8	31,4	202	260
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,2	11	17
<b>Iš viso:</b>				6,4	8,2	9	11,9	38	48,6	259	334

**Pietūs 12.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Špinatų sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr008	100	150	0,9	1,3	1	1,5	5,3	7,9	34	50
Avinžirnių ir vištienos troškiny su pimdorais ir keptomis prieskoninėmis daržovėmis (tausojantis)	P003	85/54/61	105/68/76	25,1	31,4	12,8	16	18,9	23,7	291	364
Šviežių daržovių rinkinukas ( Nr 6 brokoliai morkos )	D006	50/50	62,5/62,5	2	2,5	0,3	0,4	7,2	9	40	49
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	100	150	0,1	0,1	0,0	0,0	0,6	1	3	5
<b>Iš viso:</b>				28,1	35,3	14,1	17,9	32	41,6	368	468

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Virtinukai su varškės įdaru, mėlynėmis ir braškėmis (tausojantis)	M013, 1	135/45/25	150/50/30	12,7	14,2	5,7	6,3	36,1	40,6	246	276
Pienas 2/5%		100	150	3,4	5,1	2,5	3,8	4,9	7,4	56	84
<b>Iš viso:</b>				16,1	19,3	8,2	10,1	41	48	302	360
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				50,6	62,8	31,3	39,9	111	138,2	929	1162

**ANTRA SAVAITĖ - PENKTADIENIS**

**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Omletas su fermentiniu sūriu ir žalumynais (tausojantis)	Ki003	63/7/1/	72/8/1/	8,7	9,9	10,2	11,7	4	4,5	143	163
Pjaustyti agurkai (augalinis)	D000.4	40	40	0,3	0,3	0,1	0,1	0,9	0,9	6	6
Juoda duona su saulėgražomis		30	30	2,4	2,4	2,7	2,7	12,3	12,3	83	83
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,2	11	17
<b>Iš viso:</b>				11,7	13	13,3	14,9	30,4	34,9	289	326

**Pietūs 12.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Trinta daržovių sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr011	100	150	1,4	2,1	1,1	1,6	7,6	11,3	46	68
Orkaitėje kepti menkių file maltinukai (tausojantis)	Ž010	80	90	12,9	14,5	11,1	12,5	5,3	5,9	172	194
Virti ryžiai su kariu (tausojantis)	Gr002	100	120	3,8	4,5	0,2	0,2	32,8	39,3	148	178
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi	S009	50	60	1,1	1,4	3,7	4,4	3,2	3,9	51	61
Šviežių daržovių rinkinukas( N2 agurkai,pomidorai)	D006	65/65	77,5/77,5	1,2	1,4	0,3	0,3	4,2	5	24	28
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	G009	100	150	0,0	0,1	0,0	0,0	0,9	1,3	4	6
<b>Iš viso:</b>				20,4	24	16,4	19	54	66,7	445	535

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Bulvinės balandos su vyšniomis( be kauliukų) ir graikiniais riešutais (tausojantis)	Kr008	116/22/12	155/30/15	7,1	9,5	9	12	32,5	43,3	239	319
Pienas 2/5%		100	100	3,4	3,4	2,5	2,5	4,9	4,9	56	56
<b>Iš viso:</b>				10,5	12,9	11,5	14,5	37,4	48,2	295	375
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				42,6	49,9	41,2	48,4	121,8	149,8	1029	1236

TREČIA SAVAITĖ - PIRMADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška kvietinių kruopų koše pagardinta sviestu (82 %) ir avietėmis (tausojantis)	Kr023	150/5/15	200/5/15	7	9,3	7,5	8,6	25,1	32,8	196	243
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				7,3	9,7	7,8	9	35,5	45,8	242	300

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	100	150	1,5	2,2	1,5	2,3	11,4	17,1	65	98
Troškinta kalakutienos filė su morkomis ir šparaginėmis pupelėmis (tausojantis)	P015	46/29/40	56/35/49	16,4	19,9	9,9	12	6,4	7,8	180	219
Virti raudonieji lęšiai (tausojantis)	Gr004	100	120	9,8	11,7	0,4	0,5	21,4	25,7	129	154
Šviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S007	50	60	0,5	0,6	2,7	3,2	2,8	3,4	37	45
Stalo vanduo su kriaušėmis	G009	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	1	3	4
<b>Iš viso:</b>				28,2	34,4	14,5	18	42,7	55	414	520

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Varškės ie morkų apkepas su natūraliu jogurtu 3,5% (tausojantis)	V013	82/28/30	104/36/30	13,9	17,3	14,2	17,8	18,5	23,2	257	322
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,2	11	17
<b>Iš viso:</b>				13,9	17,3	14,2	17,8	21,3	27,4	268	339
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				49,4	61,4	36,5	44,8	99,5	128,2	924	1159

TREČIA SAVAITĖ - ANTRADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška ryžių košė (tausojantis)	Kr003	150/5/15	200/5/15	5,44	7,19	5,75	6,27	34,69	45,64	212	267,7
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,2	11	17
<b>Iš viso:</b>				5,74	7,59	6,05	6,67	47,89	62,84	269	341,7

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	100	150	1,9	2,8	1	1,4	9,3	14	54	80
Žemaičių blynai su kiauliena (tausojantis)	D011	120/40	150/50	14,1	17,6	13,9	17,4	28	35	293	367
Natūralus jogurtas 2,5 %		20	20	0,7	0,7	0,5	0,5	0,8	0,8	11	11
Šviežių daržovių rinkinukas( N10 morkos, pomidorai)	D006	25/25	30/30	0,5	0,6	0,1	0,1	3,2	3,8	16	19
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	G009	100	150	0,0	0,1	0,0	0,0	0,9	1,3	4	6
<b>Iš viso:</b>				17,2	21,8	15,5	19,4	42,2	54,9	378	483

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Morkų blynėliai su natūraliu jogurtu 2,5% (tausojantis)	D001	100/20	120/20	9,2	10,9	9,1	10,8	32,3	38,6	248	296
Pienas 2/5%		100	150	3,4	5,1	2,5	3,8	4,9	7,4	56	84
<b>Iš viso:</b>				12,6	16	11,6	14,6	37,2	46	304	380
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				35,5 4	45,3 9	33,1 5	40,6 7	127,29	163,74	951	1205

TREČIA SAVAITĖ - TREČIADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	150	200	6,58	8,71	7,96	9,22	37,03	48,76	246	312,8
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				6,88	9,11	8,26	9,62	47,43	61,76	292	369,8

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr026	100	150	3,3	4,9	0,4	0,7	11,4	17,1	63	94
Viso grūdo rūginė duona		20	20	1,4	1,4	0,3	0,3	10,5	10,5	50	50
Orkaitėje kepti menkės filė maltinukai (tausojantis)	Ž010	65	85	10,5	13,7	9	11,8	4,3	5,6	140	183
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	120	2,3	2,7	2,9	3,5	16,7	20	102	123
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi	S004	50	60	0,5	0,6	2,6	3,1	4,7	5,6	44	53
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.4 paprikos, agurkai)	D006	20/20	25/25	0,4	0,5	0,1	0,2	1,8	2,2	10	13
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	100	150	0,0	0,1	0,0	0,0	0,5	0,7	2	3
<b>Iš viso:</b>				18,4	23,9	15,3	19,6	49,9	61,7	411	519

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Virti varškėčiai su natūraliu jogurtu 2,5% paskanintu avietėmis (tausojantis)	V001	120/15/15	150/15/15	17,4	21,6	9	11,1	30,6	37,7	276	337
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				17,4	21,6	9	11,1	30,6	37,7	276	337
Iš viso (dienos davino):				42,68	54,61	32,56	40,32	127,93	161,16	979	1226

TREČIA SAVAITĖ - KETVIRTADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	150	200	6,58	8,71	7,96	9,22	37,03	48,76	246	312,8
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				6,88	9,11	8,26	9,62	47,43	61,76	292	369,8

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	100	150	0,9	1,4	1,5	2,3	7,3	11	47	70
Viso grūdo ruginė duona		20	20	1,4	1,4	0,3	0,3	10,5	10,5	50	50
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	K006	47/23	56/29	15,5	18,9	8,8	10,7	5,4	6,5	163	198
Žaliųjų žirnelių ir bulvių košė (tausojantis)	Gr021	55/45	66/54	4,6	5,5	1,5	1,8	16,9	20,3	99	119
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis parikomis	S005	55	65	0,7	0,9	2,9	3,4	3,3	4	42	50
Šviežių daržovių rinkinukas( N2 agurkai,pomidorai)	D006	20/20	25/25	0,4	0,5	0,1	0,1	1,3	1,6	7	9
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	100	150	0,0	0,1	0,0	0,0	0,5	0,7	2	3
<b>Iš viso:</b>				23,5	28,7	15,1	18,6	45,2	54,6	410	499

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Lietiniai su varškės įdaru ir natūraliu jogurtu 3,5% pagardintau trintomis avietėmis	M010.1	80/40/15	87/43/15	11,5	12,4	10,1	10,8	26,3	28,3	242	260
Pienas 2/5%		100	150	3,4	5,1	2,5	3,8	4,9	7,4	56	84
<b>Iš viso:</b>				14,9	17,5	12,6	14,6	31,2	35,7	298	344
Iš viso (dienos davino):				45,2 8	55,3 1	35,9 6	42,8 2	123,83	152,06	100 0	1213

TREČIA SAVAITĖ - PENKTADIENIS

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Šešių rūšių kruopų košė su trintomis mėlynėmis ir saulėgražomis (tausojantis)	Kr002.1	150/15/5	200/15/5	5,6	7,1	4,6	5,3	34	44,5	200	254
Sezoninių vaisių lėkštė		80	100	0,3	0,4	0,3	0,4	10,4	13,0	46	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0
<b>Iš viso:</b>				5,9	7,5	4,9	5,7	44,4	57,5	246	311

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100	150	1,5	2,3	1,5	2,3	11,6	17,4	66	99
Bulvių plokštainis su vištiena	D010	175	220	17,47	21,76	4,43	5,57	29,48	37,16	228	286,2
Stalo vanduo su kriaušėmis	G009	100	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	1	3	4
<b>Iš viso:</b>				18,97	24,06	5,93	7,87	41,78	55,56	297	389,2

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga		Patiekalo maistinė vertė, g						Energetinė vertė, kcal	
				baltymai, g		riebalai, g		angliavandeniai, g			
		L	D	L	D	L	D	L	D	L	D
Kukurūzų miltų ir bananų blynai su trintais obuoliais	M001	70/20/30	80/30/30	5,9	7,1	11,9	14,5	29,2	34,9	247	299
Natūralus jogurtas su kriaušėmis (3,5%) (tausojantis)	U036	63/27	91/39	2,2	3,2	1,7	2,4	6,7	9,6	50	73
<b>Iš viso:</b>				8,1	10,3	13,6	16,9	35,9	44,5	297	372
<b>Iš viso (dienos davino):</b>				32,97	41,86	24,43	30,47	122,08	157,56	840	1072