

**1 savaitė  
Pirmadienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu 82 proc. (tausojantis)	3-3/47T	200	8,3	4,7	35,9	218,5
Linų sėmenys (malti)	5 D	10	2,3	3,1	3,4	50,9
Sezoniniai vaisiai	V	160	0,6	0,6	20,8	91,5
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,3</b>	<b>8,4</b>	<b>60,1</b>	<b>360,9</b>

**Pietūs 12.15val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis), (tausojantis)	1-3/39A T	150	1,3	6,4	3,9	118,3
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	10	0,47	0,25	0,45	5,9
Viso grūdo ruginė duona	DU	30	2,22	0,48	12,84	65,0
Jautienos troškiny su moliūgais (tausojantis)	12-5/100T	100/20	21,1	13,5	5,4	227,5
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A	90	1,0	8,7	3,9	98,6
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>26,09</b>	<b>29,33</b>	<b>26,49</b>	<b>515,3</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai 9 proc. su viso grūdo miltai(tausojantis)	7-3/60T	120	15,2	7,2	35,5	264,4
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	15	0,7	0,4	0,7	8,9
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais, smulkintais migdolų riešutais, citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A	120	1,4	1,2	19,0	92,8
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>17,3</b>	<b>8,8</b>	<b>55,2</b>	<b>369,2</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>54,69</b>	<b>46,53</b>	<b>141,79</b>	<b>1245,4</b>

**1 savaitė**  
**Antradienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	3-3/31AT	200	5,7	7,8	33,0	225,4
Nesaldintas jogurtas (3,5 proc) su sezoniniais vaisiais ir razinomis	15-1/9	60/40	3,3	1,7	16,6	94,8
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	V	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,4</b>	<b>9,9</b>	<b>62,6</b>	<b>377,4</b>

**Pietūs 12.15val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/22AT	150	5,9	8,2	33,7	232,2
Nesaldintas jogurtas ( 3,5 proc.)	J	5	0,2	0,1	0,2	3,0
Viso grūdo ruginė duona	DU	30	2,22	0,48	12,84	65
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirnėliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	10-5/101T	60/70	14,0	6,2	15,0	171,6
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A	110	2,1	7,8	9,7	117,8
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>24,4</b>	<b>22,8</b>	<b>71,5</b>	<b>589,2</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	KP4	105	10,50	19,37	6,34	231,31
Pomidorai švieži	G7	70	0,81	4,99	3,39	62,57
Duona viso grūdo ruginė	DU	30	2,22	0,48	12,84	65,0
Arbata kmynų nesaldinta	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,53</b>	<b>24,84</b>	<b>22,57</b>	<b>358,88</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,33</b>	<b>57,54</b>	<b>156,67</b>	<b>1325,4</b>

**1 savaitė  
Trečiadienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	3-3/52AT	140	8,3	4,1	45,3	250,08
Viso grūdo duona su sviestu (82 proc.) ir pomidoru	16-1/3	25/5/10	1,8	2,7	9,8	70,4
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	V	90	0,4	0,4	11,7	51,5
<b>Iš viso:</b>			<b>10,4</b>	<b>7,1</b>	<b>66,8</b>	<b>372,7</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta trinta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	1-3/28AT	150	1,9	3,2	13,2	88,6
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T	110	26,8	13,1	5,8	248,1
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc., tausojantis)	3-3/53T	80	2,0	0,9	18,2	89,3
Keptos su garais šakninės daržovės (morkos, burokėliai, salierai) su saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis)	4-7/142AT	90	2,9	4,2	14,3	106,8
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti)	D	60	0,2	0,1	1,4	7,3
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>33,8</b>	<b>21,5</b>	<b>52,9</b>	<b>540,1</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių paplotėliai-švilpikai	KBP1	150	3,73	9,12	24,87	190,10
Sviesto (82proc.)-grietinės 30proc.) padažas	KBP1	25	0,49	12,90	0,59	120,70
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Morkų lazdelės	D	80	0,8	0,2	7,0	32,5
<b>Iš viso:</b>			<b>5,02</b>	<b>22,22</b>	<b>32,46</b>	<b>343,3</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49,22</b>	<b>50,82</b>	<b>152,16</b>	<b>1256,1</b>

**1 savaitė  
Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc.)	3-3/30T	200	5,6	3,2	37,2	200,0
Grūdėta varškė 5 proc.	GV	80	9,6	5,6	2,2	97,4
Sezoniniai vaisiai	V	120	0,5	0,5	15,6	68,6
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>15,7</b>	<b>9,3</b>	<b>54,9</b>	<b>366,0</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	1-3/25 AT	150	3,1	3,5	24,3	141,0
Keptas orkaitėje žuvies (jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis)	9-7/142T	120	21,3	5,7	2,4	146,5
Morkų, svogūnų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A	50	0,6	3,6	4,7	53,6
Bulvių ir morkų košė (tausojantis)	4-3/62T	60/60	2,1	1,5	14,8	81,4
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A	150	1,8	7,9	5,6	100,6
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>28,9</b>	<b>23,4</b>	<b>60,1</b>	<b>570,0</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir sūriu 45 proc.	6-5/101T	120	6,2	7,3	27,6	200,6
Konservuoti žirneliai	Ž48	40	1,96	0,08	6,32	25,6
Avižiniai sausainiai su morkomis ir bananais	16-8/166	70	3,9	2,3	22,8	127,5
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>12,06</b>	<b>9,68</b>	<b>56,72</b>	<b>353,7</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>56,66</b>	<b>42,38</b>	<b>171,72</b>	<b>1289,7</b>

**1 savaitė  
Penktadienis**

**Pusryčiai 8.15-8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi	3-3/52AT	150	4,2	2,8	21,8	129,7
Virtas kiaušinis	8-3/60T	50	6,2	5,9	0,4	78,7
Viso grūdo duona su sviestu(82 proc.) ir pomidoru	16-1/3	25/5/10	1,8	2,7	9,8	70,4
Nesaldinta arbata čiobrelių	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Morkų lazdelės	D	70	0,7	0,2	6,0	29,5
Sezoniniai vaisiai, uogos	V	60	0,2	0,2	7,8	34,3
<b>Iš viso:</b>			<b>13,1</b>	<b>11,8</b>	<b>45,8</b>	<b>342,6</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis)	SR015	150	5,16	2,29	17,44	111,03
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	10	0,47	0,25	0,45	5,9
Virtiniai su varške (9proc.)	M20	150	16,44	6,70	54,0	360,91
Sviesto (82proc.)-grietinės 30proc.) padažas	P20	20	0,32	11,25	0,36	99,60
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>22,39</b>	<b>20,49</b>	<b>72,25</b>	<b>577,44</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas(9proc.) su sorų kruopomis	7-8/162T	120	16,7	12,1	24,7	274,1
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	15	0,71	0,38	0,68	9,0
Kepti orkaitėje (sezoniniai) vaisiai su sezamo sėklomis	15-8/161AT	80	0,85	2,00	14,68	80,0
Nesaldinta arbata		200	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>18,2</b>	<b>14,4</b>	<b>40,1</b>	<b>363,0</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>53,69</b>	<b>46,69</b>	<b>158,15</b>	<b>1283,04</b>

**2 savaitė  
Pirmadienis**

**Pusryčiai 8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežių perlinių kruopų košė su sviestu (82proc.)	3-3/35 T	200	4,4	4,1	33,4	188,1
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9 proc.) ir obuoliais	16-8/160	20/20/10	4,4	2,5	12,9	92,0
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	V	150	0,6	0,6	19,5	85,8
<b>Iš viso:</b>			<b>9,4</b>	<b>7,2</b>	<b>65,8</b>	<b>366,0</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis(tausojantis), (augalinis)	1-3/34A T	150	4,3	1,9	16,1	98,1
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	5	0,2	0,1	0,2	3,0
Kepti su garais jautienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/14T	100	20,3	13,3	3,5	214,4
Virti raudonieji lęšiai (tausojantis)	Gr004	120	11,7	0,5	25,7	154,0
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti)		100	0,3	0,2	2,3	12,2
Salotos su džiovintomis spanguolėmis (raudonieji kopūstai, morkos, brokoliai, kviečių gemalai, moliūgų sėklos (augalinis)	2-1/23A	90	1,6	2,6	9,0	65,4
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>38,4</b>	<b>18,6</b>	<b>56,8</b>	<b>547,1</b>

**Vakarienė 15.15-15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	3-6/120	150	9,3	13,0	41,1	318,5
Nesaldintas jogurtas 3,5proc.	J	15	0,71	0,4	0,7	8,9
Sezoniniai vaisiai	V	60	0,2	0,2	7,8	34,3
Nesaldinta arbata mėtų	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,3</b>	<b>13,6</b>	<b>49,5</b>	<b>361,8</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>58,1</b>	<b>39,4</b>	<b>172,1</b>	<b>1274,9</b>

**2 savaitė**  
**Antradienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis)(tausojantis)	3-3/36AT	200	5,1	4,4	54,8	278,8
Pienas 2,5 proc.	P	60	1,9	1,5	2,8	32,5
Sezoniniai vaisiai	V	110	0,4	0,4	14,3	62,9
Nesaldinta arbata juodoji	17-1/2	17-1/2	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,4</b>	<b>6,3</b>	<b>72,0</b>	<b>374,2</b>

**Pietūs 12.15val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis, brokoliu(augalinis) (tausojantis)	1-2/31AT	150	2,4	3,4	16,2	104,8
Kepta su garais riebi (skumbė, lašiša) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/145T	100	17,2	22,6	0,5	274,4
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT	80	1,8	0,1	15,1	67,7
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	130	1,9	3,4	13,6	92,4
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>23,3</b>	<b>29,5</b>	<b>45,4</b>	<b>539,3</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (9proc.) su aguonomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis)	7-8/160T	120	23,88	14,82	21,89	316,41
Nesaldintas jogurtas 3,5proc.	J	15	0,71	0,38	0,68	8,90
Nesaldinta arbata ramunėlių	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	V	90	0,36	0,36	11,70	51,48
<b>Iš viso:</b>			<b>24,95</b>	<b>15,55</b>	<b>34,26</b>	<b>376,78</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>55,65</b>	<b>51,35</b>	<b>151,66</b>	<b>1290,28</b>

**2savaitė  
Trečiadienis**

**Pusryčiai 8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 proc.) (tausojantis)	K13	156	6,2	7,26	27,83	200,26
Varškė(9proc.) su kefyru (2,5proc.) ir trintais vaisiais/uogomis	15-1/2	35/20/5	6,7	3,5	5,2	78,8
Nesaldinta arbata pankolių	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	V	120	0,5	0,5	15,6	68,6
<b>Iš viso:</b>			<b>13,4</b>	<b>11,26</b>	<b>48,63</b>	<b>347,66</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*ve rtė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija(augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	150	4,9	4,2	19,7	135,9
Nesaldintas jogurtas 3,5proc.	J	10	0,47	0,25	0,45	5,9
Paukštiesos guliašas	G1	75/45	21,12	13,70	5,32	226,0
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais(augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT	110	3,3	2,8	25,2	139,2
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu 3,5proc.	2-1/14	140	2,1	0,9	3,9	32,4
Vanduo			0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>31,89</b>	<b>21,85</b>	<b>54,57</b>	<b>539,4</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	MP1	150	8,15	4,03	49,92	263,98
Grietinė 30 proc.	G	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta arbata mėtų	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,87</b>	<b>13,03</b>	<b>50,85</b>	<b>351,88</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>54,16</b>	<b>46,14</b>	<b>154,05</b>	<b>1238,94</b>



**2 savaitė**  
**Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	6-3/61AT	200	9,2	4,0	49,1	269,2
Kietasis sūris 40 proc.	KS	10	3,3	2,6	0,0	36,8
Sezoniniai vaisiai	V	120	0,5	0,5	15,6	68,6
Nesaldinta arbata erškėtrožių	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,0</b>	<b>7,1</b>	<b>64,7</b>	<b>374,4</b>

**Pietūs 12.15val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-2/21AT	150	5,0	7,6	25,8	190,9
Nesaldintas jogurtas 3,5proc.	J	5	0,24	0,13	0,23	3,0
Viso grūdo ruginė duona	D	30	2,2	0,5	12,8	64,6
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T	90	15,9	9,2	4,3	163,9
Biri žalių grikių košė su sviestu (tausojantis)	3-3/50T	50	2,96	1,94	16,17	94,0
Švieži pomidorai	P	60	0,1	0,0	0,2	1,3
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT	50	0,7	3,0	4,5	48,3
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>27,1</b>	<b>22,4</b>	<b>64,0</b>	<b>565,9</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su obuoliais(tausojantis)	M2	180	6,48	3,44	52,20	262,71
Vanilinis cinamono padažas	M2	25	1,76	1,44	10,16	58,06
Sezoniniai vaisiai	V	60	0,2	0,2	7,8	34,3
Nesaldinta arbata mėtų	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,44</b>	<b>5,08</b>	<b>70,16</b>	<b>355,07</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>48,54</b>	<b>34,58</b>	<b>198,86</b>	<b>1295,37</b>

**2 savaitė**  
**Penktadienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su moliūgais, sviestu, cinamonu (tausojantis)	3-3/38T	200	5,3	2,4	48,2	235,4
Džiovintos spanguolės	U	15	0,0	0,2	11,3	46,8
Sezoniniai vaisiai	V	150	0,6	0,6	19,5	85,8
Nesaldinta arbata juodoji	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>5,9</b>	<b>3,2</b>	<b>79,0</b>	<b>368,0</b>

**Pietūs 12.15val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* v ertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	1-3/24AT	150	3,9	3,3	15,0	105,2
Nesaldintas jogurtas 3,5proc.	J	5	0,24	0,13	0,23	3,0
Viso grūdo ruginė duona	DU	30	2,2	0,5	12,8	64,6
Bulvių plokštainis	KP2	150	4,29	5,96	24,44	162,03
Sviesto (82proc.)-grietinės 30proc.) padažas	KBP2	25	0,49	12,90	0,59	120,70
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu 3,5proc.	2-1/14	150	2,3	1,0	4,2	34,7
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,42</b>	<b>23,79</b>	<b>57,26</b>	<b>490,23</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (kalafiorai, bulvės, morkos, moliūgai) troškiny su varškės sūriu (13proc.)	7-5/1T	150	7,9	11,8	10,8	181,2
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc., saulėgrąžų, linų sėmenų, sezamo sėklų užtepėle	16-1/2	20/5/10	3,6	6,2	15,0	130,4
Sezoniniai vaisiai, daržovės	V	90	0,4	0,4	11,7	51,5
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,9</b>	<b>18,4</b>	<b>37,4</b>	<b>363,1</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>31,22</b>	<b>45,39</b>	<b>173,66</b>	<b>1221,33</b>

**3 savaitė**  
**Pirmadienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis) (tausojantis)	3-3/55A T	150	6,2	5,3	30,4	193,7
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 proc.) ir varškės sūriu (13proc.)	16-1/1	25/5/20	6,0	5,9	12,1	125,6
Sezoniniai vaisiai	V	80	0,3	0,3	10,4	45,8
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>12,5</b>	<b>11,5</b>	<b>52,9</b>	<b>365,0</b>

**Pietūs 12.15val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT	150	2,1	4,8	17,4	121,6
Viso grūdo ruginė duona	DU	40	3,0	0,6	17,1	86,1
Kepta su garais žuvis (menkė)(tausojantis)	9-7/140T	115	18,0	0,4	1,7	82,4
Virti žalieji lęšiai (tausojantis)	Gr001	120	11,3	1,5	24,7	157,0
Morkų, obuolių salotos su nesaldintu jogurtu 3,5 proc.	2-1/12	150	2,5	1,1	13,2	72,3
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>36,9</b>	<b>8,4</b>	<b>74,1</b>	<b>519,4</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė (tausojantis)	K2	80	7,80	7,10	1,88	102,40
Pekino kopūstų-agurkų-pomidorų salotos	K2	70	0,81	4,99	3,39	62,57
Batonas viso grūdo su sviestu 82proc.	S1	25	2,18	0,55	12,90	65,27
		8	0,05	6,60	0,07	59,88
Nesaldinta arbata mėtų	17-1/2	200	0	0	0	0
Vaisiai sezoniniai	V	150	0,40	0,0	10,50	40,40
<b>Iš viso:</b>			<b>11,24</b>	<b>19,24</b>	<b>28,74</b>	<b>330,52</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>60,64</b>	<b>39,14</b>	<b>155,74</b>	<b>1214,92</b>

**3 savaitė**  
**Antradienis**

**Pusryčiai 8.15-8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri žalių grikių košė su sviestu( 82 proc.)	3-3/50T	140	8,3	5,4	45,3	263,2
Trinta varškė (9 proc.) su braškėmis	15-1/8	30/10	5,2	2,9	3,3	60,2
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,8</b>	<b>8,7</b>	<b>60,3</b>	<b>374,9</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-3/41AT	150	1,9	4,6	11,4	94,4
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	5	0,2	0,1	0,2	2,8
Viso grūdo ruginė duona	DU	30	2,2	0,5	12,8	64,6
Sorų kruopų troškiny su vištienos filė (tausojantis)	10-5/112T	140	17,0	7,9	22,0	227,5
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais	2-3/60A	110	3,8	8,0	14,4	144,5
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>25,1</b>	<b>21,1</b>	<b>60,8</b>	<b>533,8</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų ir varškės apkepas (tausojantis)	MP2	170	11,14	12,29	9,29	206,04
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	20	0,8	0,5	0,9	11,1
Bananas	V	120	1,4	0,36	27,72	116,0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,34</b>	<b>13,15</b>	<b>37,91</b>	<b>333,14</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52,24</b>	<b>42,95</b>	<b>159,01</b>	<b>1241,84</b>

**3 savaitė**  
**Trečiadienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižų kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu 82 proc.(tausojantis)	3-3/55AT	200	6,5	4,8	33,4	202,7
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 82 proc., fermentiniu sūriu 45 proc.	16-1/1	25/5/20	7,2	0,9	12,0	84,6
Sezoniniai vaisiai	V	130	0,5	0,5	16,9	74,4
Nesaldinta arbata melisos	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>14,2</b>	<b>6,2</b>	<b>62,3</b>	<b>361,7</b>

**Pietūs 12.15val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT	150	1,07	1,70	9,05	56,0
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	10	0,47	0,25	0,45	5,9
Viso grūdo ruginė duona	DU	40	3,0	0,6	17,1	86,1
Plovas su vištiena(tausojantis)	P0233	220	30,92	12,32	43,63	409,07
Pomidorai švieži	P	60	0,1	0,0	0,2	1,3
Agurkai švieži	A	60	0,2	0,1	1,4	7,3
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>35,76</b>	<b>14,97</b>	<b>71,83</b>	<b>565,67</b>

**Vakarienė 15.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniškės dešrelės	KP5	90	9,68	10,00	0,00	128,72
Pomidorų padažas	KP5	7	0,11	0,00	1,75	7,44
Daržovių salotos (pekino k. ,morkos, agurkai, porai) su alyv. aliejumi	KP5	50	0,57	4,99	2,10	56,01
Viso grūdo ruginė duona	D	30	2,2	0,5	12,8	64,6
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai	V	130	0,96	0,00	20,10	80,40
<b>Iš viso:</b>			<b>13,52</b>	<b>15,49</b>	<b>36,75</b>	<b>337,17</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>50,07</b>	<b>36,66</b>	<b>170,88</b>	<b>1264,54</b>

**3 savaitė**  
**Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Griekių kruopų košė su pienu ir sviestu 82 proc.(tausojantis)	3-3/40T	200	7,8	5,1	36,8	224,7
Vaisių (bananai, apelsinai, kivi ir t.t.)salotos (augalinis)	15-1/7A	120	2,4	4,3	24,4	145,8
Nesaldinta arbata juodoji	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,2</b>	<b>9,4</b>	<b>61,2</b>	<b>370,6</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/38AT	150	3,7	5,1	20,7	143,8
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	10	0,4	0,3	0,4	5,6
Virtų bulvių cepelinai su varške (9 proc.) (tausojantis)	KP36	180	10,62	3,96	39,19	261,96
Sviesto (82 proc.) - grietinės (30 proc.) padažas	KBP2	25	0,49	12,90	0,59	120,70
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>15,21</b>	<b>22,26</b>	<b>60,88</b>	<b>532,06</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9 proc. apkepas (tausojantis)	7-8/169T	140	17,6	12,0	31,4	303,9
Grietinė 30 proc.	G	20	0,48	6,0	0,62	58,60
Nesaldinta arbata melisos	17-1/2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>18,08</b>	<b>18,0</b>	<b>32,02</b>	<b>362,5</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>43,49</b>	<b>49,66</b>	<b>154,1</b>	<b>1265,16</b>

**3 savaitė**  
**Penktadienis**

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/36AT	200	5,1	4,4	54,8	278,8
Pienas 2,5 proc.	P	60	1,9	1,5	2,8	32,5
Sezoniniai vaisiai	V	110	0,4	0,4	14,3	62,9
Nesaldinta arbata juodoji	17-1/2	17-1/2	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,4</b>	<b>6,3</b>	<b>72,0</b>	<b>374,2</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė*vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT	150	8,5	4,4	24,9	173,4
Nesaldintas jogurtas 3,5 proc.	J	5	0,2	0,1	0,2	2,8
Viso grūdo ruginė duona	DU	30	2,2	0,5	12,8	64,6
Kalakutienos šlaunelių troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)	10-5/102T	100	14,9	4,9	9,4	141,4
Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT	75	1,5	3,4	15,5	98,7
Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A	70	0,7	1,5	4,7	35,6
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>28,0</b>	<b>14,8</b>	<b>67,5</b>	<b>516,5</b>

**Vakariė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai iš viso grūdo kvietinių miltų	MP1	150	8,15	4,03	49,92	263,98
Sviesto (82 proc.) – grietinės (30 proc.) padažas	MP1	20	0,35	10,51	0,45	97,52
Nesaldinta arbata mėtų	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,5</b>	<b>14,54</b>	<b>50,37</b>	<b>361,5</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>43,9</b>	<b>35,64</b>	<b>189,7</b>	<b>1252,2</b>

