

UAB „Sotega“
Šalčininkų Jano Sniadeckio gimnazija

Mokyklos g. 22, Šalčininkai

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

6-10m.
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Inderinta
Direktore
Irena Volska
Inderinta

Įstaigos darbo laikas
Nuo 08 iki 14 val.

1 savaitė pirmadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltas kiaušienos šnicelis (A-1;3)	AKM3B	70	10,60	13,62	5,54	185,78
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1B	100	2,29	0,11	20,99	92,91
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35A	90	1,21	4,67	6,00	64,28
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2I	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			17,85	21,77	62,94	500,60

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Lęšių troškiny su kmynais (tausojantis) (augalinis) (A-1)	ADR300E	180	12,62	9,28	40,21	291,90
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35A	90	1,21	4,67	6,00	64,28
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2I	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			17,57	17,31	76,62	513,82
Iš viso			35,41	39,09	139,56	1014,42

I savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (A-1;3;7)	AAP5A	150	17,96	12,34	36,16	331,12
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145D	150	1,05	0,45	14,10	57,00
Viso			22,06	17,93	72,48	529,17

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Grikių ir daržovių maltinukai (tausojantis) (augalinis) (A-9)	ADR360B	160	6,56	6,35	39,58	231,41
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSA73C	70	0,76	3,68	4,25	46,61
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			15,41	18,12	82,24	527,27
Iš viso			37,48	36,05	154,72	1056,44

1 savaitė trečiadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos kepsnys (A-1;3)	AKM5C	70	15,65	6,65	1,11	128,74
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7A	100	3,72	3,23	25,63	139,93
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165B	100	1,57	5,12	10,39	85,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			26,36	18,99	71,31	534,04

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškintos daržovės su pomidorų padažu (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR349B	180	3,91	6,90	25,45	172,06
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165C	90	1,42	4,61	9,35	77,05
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			16,54	20,51	76,97	532,87
Iš viso			42,90	39,50	148,28	1066,91

1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su ciberžole (tausojantis)	AKM5956B	70	14,06	10,47	0,05	150,56
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6I	90	2,86	3,01	21,93	120,04
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95E	80	0,85	4,15	6,96	61,29
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			20,96	22,35	65,31	525,12

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Pupelių-daržovių troškinys (tausojantis) (augalinis)	ADR189A	200	11,05	9,95	36,16	250,72
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95B	100	1,06	5,19	8,70	76,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			15,31	19,86	81,23	520,56
Iš viso			36,27	42,21	146,54	1045,68

1 savaitė penktadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kepta lydekų filė (A-1;4)	AŽU34D	70	14,31	3,84	2,71	102,78
Bulvių košė (tausojantis) (A-7)	GGA172C	120	2,92	2,73	22,19	123,80
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43C	120	1,54	6,20	12,75	104,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4H	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			22,03	16,22	70,32	494,40

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Ryžių ir daržovių maltiniai (augalinis) (tausojantis)	ADR361B	200	5,12	7,09	41,66	232,64
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43A	80	1,02	4,13	8,50	69,53
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4H	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			13,61	20,59	87,65	556,66
Iš viso			35,65	36,81	157,97	1051,06

2 savaitė pirmadienis

Dokumento serija Nr. 70554

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis) (A-1;3)	AKM209A	70	10,44	11,22	8,58	175,09
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1D	120	2,75	0,14	25,19	111,49
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573A	100	1,07	6,30	5,89	76,32
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2I	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			18,87	21,05	74,53	538,59

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių ir perlinių kruopų troškinys (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR253C	200	7,28	5,89	41,97	227,04
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573D	80	0,86	5,04	4,72	61,06
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Apelsinai (augalinis)	IVN2I	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			16,45	17,96	82,32	518,06
Iš viso			35,33	39,01	156,85	1056,65

Direktorė
Irena Volska

UAB „SOTEGA“

2 savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) (A-1;7)	AKM206D	80/0	10,47	9,25	4,24	137,29
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7A	100	3,72	3,23	25,63	139,93
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165C	90	1,42	4,61	9,35	77,05
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			20,02	20,61	70,78	517,40

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	15	0,97	0,16	7,85	35,58
Virti makaronai su daržovėmis (žirn,mork,svogūn) (tausojantis)(A-1)	AML24C	120/30	5,71	2,98	37,57	198,90
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165E	80	1,26	4,09	8,31	68,49
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			15,41	14,30	80,83	496,67
Iš viso			35,44	34,90	151,60	1014,07

2 savaitė trečiadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	15	0,97	0,16	7,85	35,58
Bulvių plokštainis su vištiena (A-7)	ADR65C	150	9,67	6,75	44,63	275,05
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4B	150	0,60	0,45	20,10	78,00
Viso			17,04	15,97	88,79	554,40

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Avinžimių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)(A-1)	ADR322C	180	13,15	7,97	43,85	289,74
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA23B	100	1,18	5,19	6,81	70,52
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4H	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			17,03	15,16	80,66	500,19
Iš viso			34,07	31,12	169,46	1054,59

2 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepta vištiena (A-7)	AKM56C	70	12,09	10,98	0,12	147,74
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5A	100	6,82	4,44	37,53	213,82
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84F	60	0,93	3,06	6,13	50,89
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2E	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			25,07	21,98	74,10	573,06

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137E	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Kvietinių kruopų plovai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR327D	170	6,65	11,54	38,47	272,77
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84D	50	0,77	2,55	5,11	42,41
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2F	20	0,16	0,04	0,46	2,20
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			12,90	17,62	76,29	486,55
Iš viso			37,97	39,60	150,38	1059,61

Direktore
Irena VolskaUAB „SOTEGA“
Direktore

2 savaitė penktadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽU187A	70	11,91	6,93	7,73	140,27
Bulvių tyrė (tausojantis) (A-7)	GGA8A	100	2,47	0,51	18,58	87,81
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)	GSA70I	90	0,93	5,66	5,07	67,87
Jeriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			19,43	16,47	72,38	500,02

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių ir grikių tepinukai (augalinis) (tausojantis)	ADR185F	150	5,26	3,81	31,56	170,45
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)	GSA70C	70	0,73	4,40	3,95	52,78
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			14,95	17,61	86,56	542,00
Iš viso			34,37	34,08	158,93	1042,02

3 savaitė pirmadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su česnakais (tausojantis)	AKM5935A	70	13,58	10,02	1,32	149,22
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA23A	100	3,93	1,95	27,61	147,34
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525F	90	1,00	4,71	7,13	68,60
Jeriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4H	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			21,30	19,31	65,04	504,44

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Pupelių ir daržovių troškiny su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR183B	200	12,15	8,52	44,09	269,68
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525D	80	0,89	4,19	6,34	60,97
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4H	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			20,18	19,08	85,41	547,94
Iš viso			41,48	38,39	150,45	1052,39

3 savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137E	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Kiaulienos maltinis (A-1;3)	AKM93D	60	9,10	11,83	5,73	164,52
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7A	100	3,72	3,23	25,63	139,93
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43D	50	0,64	2,58	5,31	43,46
Švž. pomidorai (augalinis)	GSA88E	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			16,68	21,02	64,14	493,23

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137E	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Daržovių košė su žirniais (tausojantis) (augalinis)	ADR364B	200	11,01	9,92	37,03	261,86
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43B	100	1,28	5,17	10,62	86,92
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			15,21	18,41	73,89	488,99
Iš viso			31,90	39,43	138,03	982,21

3 savaitė trečiadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiauliena troškinta su šviežiais kopūstais (tausojantis)	AKM449E	100	11,86	16,13	3,50	203,51
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1G	90	2,06	0,10	18,89	83,62
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417E	100	1,00	0,20	8,70	31,00
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			20,27	20,31	70,43	525,94

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Plovas su daržovėmis (tausojantis)	AKM536C	180	4,19	9,23	36,81	232,89
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417C	70	0,70	0,14	6,09	21,70
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			14,58	17,00	88,24	540,40
Iš viso			34,84	37,31	158,67	1066,34

3 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtos vištienos maltinis (tausojantis) (A-1;3;7)	AKM33C	70	11,85	8,44	8,66	156,03
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6B	100	3,18	3,34	24,36	133,38
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35A	90	1,21	4,67	6,00	64,28
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			19,30	19,90	67,24	501,52

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių kotletai su žirnių miltais (augalinis) (A-1)	ADR362B	200	6,16	10,62	45,34	286,88
Daržovių padažas (A-1)	PAD129D	20	0,33	1,52	2,70	24,46
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35D	50	0,67	2,60	3,33	35,71
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			14,57	21,92	85,60	572,88
Iš viso			33,86	41,82	152,84	1074,41

3 savaitė penktadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Lydekos filė maltinukas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽU46C	70	12,57	3,21	7,35	107,38
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5A	100	6,82	4,44	37,53	213,82
Kopūstų, pomidorų ir porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA572C	100	1,38	4,80	5,07	62,37
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2I	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			26,02	15,11	81,09	541,40

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtų bulvių blynai su daržovėmis (augalinis) (A-1)	ADR363B	150	4,07	6,63	36,38	214,09
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Apelsinai (augalinis)	IVN2D	120	0,96	0,24	13,20	51,60
Viso			14,48	15,39	81,99	503,81
Iš viso			40,50	30,49	163,08	1045,21