

Tvirtinu
Direktorė Stanislava
Šalašova

Šalčininkų Jano Sniadeckio gimnazija, Šalčininkai, Mokyklos g. 22,
(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos
įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11-18 metų
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas: Nuo 8.00 iki 15.00 val.



Direktorė
Irena Volska



11-18 m.
1 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų kokosinė košė gardinta augaliniu pienu ir cinamonu (tausojantis)	2-124	200	4,83	2,35	28,01	159,95
Sūrio lazdelės	16-03	40	8,32	10,08	0,24	116,00
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,55	13,03	74,45	469,95

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ivairiaspalvių daržovių kreminė sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-02	150	1,55	1,66	9,79	54,85
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Cukinių ir bulvių blynai (tausojantis)	3-06	200	9,89	8,28	48,98	302,02
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Marinuotų kopūstų salotos	4-118	50/5	0,72	3,58	4,49	52,27
Sezoninių daržovių lazdelės	4-12	50	0,43	0,10	2,15	10,25
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			16,05	23,07	87,33	607,47

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ivairiaspalvių daržovių kreminė sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-02	150	1,55	1,66	9,79	54,85
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Orkaitėje kepta vištienos blauzdelė marinuota čiobrelėje (tausojantis)	9-39	100	20,41	14,78	0,03	219,54
Birūs Basmati ryžiai gardinti ypač tyru alyvuogių aliejumi ir ciberžole (tausojantis) (augalinis)	2-127	120	2,66	5,38	27,16	167,05
Marinuotų kopūstų salotos	4-118	50/5	0,72	3,58	4,49	52,27
Sezoninių daržovių lazdelės	4-53	50	0,45	0,10	3,35	14,00
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			28,53	25,95	65,80	607,90

Vakarienė 17.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų miltų blynai su cinamonu	5-12	220	10,96	9,14	72,66	415,07
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,95	18,26	79,00	525,14
Iš viso (dienos davinio):			56,02	57,23	219,25	1602,99

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
1 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta trijų grūdų dribsnių košė skaninta chia sėklomis (tausojantis)(augalinis)	2-133	250	5,46	7,21	27,02	209,78
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,13	7,93	78,63	425,96

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų ir žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-08	150	3,60	1,77	17,68	96,46
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Sezoninių daržovių troškinys (tausojantis) (augalinis)	3-79	250	3,95	7,66	19,29	154,68
Bulvių košė skaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)	3-74	120/3	1,90	5,10	18,72	123,05
Spalvotos daržovių salotos, pagardintos provanso žolelių aliejumi (augalinis)	4-84	80/8	0,73	4,15	3,87	53,13
Sezoninių daržovių lazdelės	4-46	40	0,40	0,16	2,32	10,80
Stalo vanduo su apelsinais be cukraus	14-07	150	0,14	0,02	1,76	7,05
Iš viso:			13,43	19,29	84,44	544,77

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų ir žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-08	150	3,60	1,77	17,68	96,46
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Kiaulienos mentė, lėtai gaminta žemoje temperatūroje (tausojantis)	12-45	100/30	27,41	9,94	5,28	225,69
Bulvių košė skaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)	3-74	120/3	1,90	5,10	18,72	123,05
Spalvotos daržovių salotos, pagardintos provanso žolelių aliejumi (augalinis)	4-84	80/8	0,73	4,15	3,87	53,13
Sezoninių daržovių lazdelės	4-46	40	0,40	0,16	2,32	10,80
Stalo vanduo su apelsinais be cukraus	14-07	150	0,14	0,02	1,76	7,05
Iš viso:			36,89	21,57	70,42	615,78

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pasta "Carbonara" su kietojo sūrio drožlėmis (tausojantis)	5-59	150/60	13,85	16,57	25,91	278,86
Jogurtas	14-18	125	4,22	3,91	23,28	145,31
Sezoninių daržovių lazdelės	4-27	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,41	20,48	50,59	431,17
Iš viso (dienos davinio):			63,43	49,98	199,64	1472,90

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
1 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	7-1	2 vnt.	12,30	11,70	0,70	157,00
Garinti brokoliai (tausojantis)(augalinis)	3-76	50	1,76	0,19	3,10	17,30
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu, fermentiniu sūriu ir agurko griežinėliais	16-55	30/5/12/10	5,61	7,79	15,95	157,51
Sūrio lazdelės	16-03	40	8,32	10,08	0,24	116,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			27,99	29,76	19,99	447,81

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-05	150	0,82	0,02	5,24	23,23
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Virtų bulvių paplotėliai (tausojantis)	3-81	200	6,85	6,38	57,29	302,12
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi	4-77	80/5	0,65	5,00	3,11	61,51
Daržovių rinkinys	4-02	80	0,68	0,06	3,51	15,80
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			12,46	20,91	91,06	590,74

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-05	150	0,82	0,02	5,24	23,23
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Malta kalakutiena su troškintais moliūgais (tausojantis)	10-12	100/100	26,44	10,55	9,72	240,37
Virti kietųjų kviečių makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	5-62	100/3	5,22	3,87	32,19	183,12
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi	4-77	80/5	0,65	5,00	3,11	61,51
Daržovių rinkinys	4-02	80	0,68	0,06	3,51	15,80
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			36,55	19,95	74,75	624,22

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kuskuso košė su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	2-139	200	8,41	5,95	44,32	342,50
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Iš viso:			10,81	6,55	90,52	536,50
Iš viso (dienos davinio):			75,35	56,25	185,26	1608,53

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
1 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Polentos košė (tausojantis)	2-136	200	3,73	6,27	32,88	217,70
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Pienas 2,5 %rieb.	14-23	200	5,80	5,00	9,40	106,00
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Iš viso:			12,20	11,99	93,89	539,88

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
"Ukrainietiški" kopūstų ir burokėlių barščiai su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	1-14	150	3,23	2,66	14,04	89,93
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Varškės apkepas (tausojantis)	6-14	200	3,05	4,15	7,83	388,38
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-20	150	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			9,99	16,37	49,01	688,03

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
"Ukrainietiški" kopūstų ir burokėlių barščiai su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	1-14	150	3,23	2,66	14,04	89,93
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Varškės apkepas (tausojantis)	6-14	200	3,05	4,15	7,83	388,38
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-20	150	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			9,99	16,37	49,01	688,03

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojantis)	6-11	150	23,96	12,19	29,18	323,81
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			24,95	21,31	35,51	433,88
Iš viso (dienos davinio):			47,15	49,66	178,41	1661,79

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
1 savaitė
Penktadienis

Tvirtinuo: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	2-105	200/7	3,56	6,24	35,78	213,72
Sėklos (moliūgų arba sezamų arba linų sėmenų)	16-13	5	1,20	2,25	0,70	27,85
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Iš viso:			7,43	9,21	88,08	457,75

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta raudonųjų lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-17	150	7,07	1,84	20,26	120,15
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Sultingi daržovių kepsneliai (tausojantis)	3-87	150	8,33	7,12	29,99	216,98
Grietinė (30 % riebi.)	13-06	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Virtų bulvių ir žiedinio kopūsto piurė (tausojantis)	3-11	120	2,81	2,79	18,28	105,43
Virtų burokėlių ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	4-130	80/8	1,17	4,07	8,19	71,58
Sezoninių daržovių lazdelės	4-27	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			22,95	22,27	99,72	679,92

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta raudonųjų lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-17	150	7,07	1,84	20,26	120,15
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Maltos žuvies kepsneliai kepti orkaitėje (tausojantis)	8-27	100	21,95	7,17	6,08	180,27
Virtų bulvių ir žiedinio kopūsto piurė (tausojantis)	3-11	120	2,81	2,79	18,28	105,43
Virtų burokėlių ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	4-131	100/10	1,38	6,09	10,27	98,00
Sezoninių daržovių lazdelės	4-27	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			36,31	18,33	77,27	611,02

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šiltas, mūsų gamybos viso grūdo morkų- obuolių pyragas	15-30	150	7,45	9,81	54,58	332,76
Pienas 2,5 % riebi.	14-23	200	5,80	5,00	9,40	106,00
Melionas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-48	120	1,20	0,00	9,60	42,00
Iš viso:			14,45	14,81	73,58	480,76
Iš viso (dienos davinio):			58,19	42,35	238,93	1549,53

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
2 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė skaninta šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (tausojantis)	2-32	200/5	5,85	5,79	27,44	181,70
Sėklos (moliūgų arba sezamų arba linų sėmenų)	16-13	5	1,20	2,25	0,70	27,85
Trintos uogos	13-1/2	25	0,23	0,10	4,92	20,13
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,68	8,74	79,26	423,68

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	1-23	150	2,39	2,18	10,37	66,59
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Ryžių "Risotto" su kepinčiomis daržovėmis (tausojantis)	3-33	250	6,06	3,89	52,63	265,49
Morkų salotos su apelsinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-100	50/5	0,51	2,05	5,87	42,86
Sezoninių daržovių lazdelės	4-53	50	0,45	0,10	3,35	14,00
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			12,15	8,67	93,21	489,12

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	1-23	150	2,39	2,18	10,37	66,59
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Ryžių plovos su kalakutiena (tausojantis)	10-19	200/80	24,61	11,45	54,69	420,13
Morkų salotos su apelsinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-100	50/5	0,51	2,05	5,87	42,86
Sezoninių daržovių lazdelės	4-53	50	0,45	0,10	3,35	14,00
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			30,68	16,22	95,08	643,76

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	5-55	120	9,30	7,52	47,26	298,37
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Pienas 2,5 %rieb.	14-23	200	5,80	5,00	9,40	106,00
Sezoninis vaisius	16-25	120	0,60	0,12	12,24	52,44
Iš viso:			15,97	12,76	74,30	478,98
Iš viso (dienos davinio):			56,33	46,38	248,64	1546,42

Maitinimo organizavimo specialiste
T. Ramanauskienė

11-18 m.
2 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su augaline grietine (tausojantis)	7-10	150	13,80	14,59	1,95	194,41
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu ir kalkutienos krutinėle, lėtai kepta	16-68	30/5/12/10	3,84	5,31	16,08	127,20
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,04	20,50	64,23	515,61

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Charčio sriuba (tausojantis)	1-82	150	2,29	2,75	23,78	126,76
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Morkų blynėliai (tausojantis)	3-47	150	7,32	7,99	39,66	256,94
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Spalvotos daržovių salotos, pagardintos provanso žolelių aliejumi (augalinis)	4-85	100/10	0,92	5,19	5,08	67,20
Stalo vanduo su apelsiniais be cukraus	14-07	150	0,14	0,02	1,76	7,05
Iš viso:			14,10	25,38	92,01	645,44

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Charčio sriuba (tausojantis)	1-82	150	2,29	2,75	23,78	126,76
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Netikri balandėliai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	12-49	180/50	24,84	11,40	19,53	278,26
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Virtos bulvės gardintos šviežiais krapais (tausojantis)	3-01	100	2,23	0,12	21,74	91,73
Spalvotos daržovių salotos, pagardintos provanso žolelių aliejumi (augalinis)	4-85	100/10	0,92	5,19	5,08	67,20
Stalo vanduo su apelsiniais be cukraus	14-07	150	0,14	0,02	1,76	7,05
Iš viso:			33,86	28,92	93,61	758,49

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepamas (tausojantis)	6-14	200	3,05	4,15	7,83	388,38
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			4,04	13,27	14,16	498,46
Iš viso (dienos davinio):			57,94	62,69	172,00	1772,56

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
2 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė avižinė košė skaninta cinamonu, augaliniu pienu (tausojantis)(augalinis)	2-146	250	5,36	8,34	27,88	231,60
Sūrio lazdelės	16-03	40	8,32	10,08	0,24	116,00
Sezoninis vaisius	16-22	120	1,44	0,36	27,72	116,40
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,12	18,78	55,84	464,00

Pietūs (vegetariški variantai) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-20	150	2,30	2,23	15,61	92,14
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Troškintos daržovės (tausojantis)(augalinis)	3-105	130	10,66	3,49	34,75	203,85
Birūs "Basmati" ryžiai, gardinti tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	2-06	120/5	2,66	5,38	27,13	166,94
Pekino kopūstų, pomidorų, švž. agurkų salotos su citrinų-aliejaus užpilu	2-10/1	80/8	0,80	2,67	4,38	42,00
Sezoninių daržovių lazdelės	4-47	50	0,50	0,20	2,90	13,50
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			19,66	14,41	105,75	618,60

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-20	150	2,30	2,23	15,61	92,14
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/6	45	3,06	0,50	23,40	112,05
Kapotos vištienos ir daržovių paplotėliai kepti orkaitėje (tausojantis)	9-52	100	23,20	6,15	8,85	181,61
Birūs "Basmati" ryžiai, gardinti tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	2-06	120/5	2,66	5,38	27,13	166,94
Pekino kopūstų, pomidorų, švž. agurkų salotos su citrinų-aliejaus užpilu	2-10/1	80/8	0,80	2,67	4,38	42,00
Sezoninių daržovių lazdelės	4-47	50	0,50	0,20	2,90	13,50
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			32,55	17,14	82,46	608,81

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kietųjų kviečių makaronai su daržovėmis (tausojantis)	5-69	150/100	10,93	1,76	63,60	306,45
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	4-73	80	0,72	0,08	6,06	26,40
Pieno ir vaisių kokteilis	14-16	120/80	4,35	3,27	20,10	124,40
Iš viso:			16,00	5,11	89,76	457,25
Iš viso (dienos davinio):			63,67	41,02	228,06	1530,06

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
2 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė skaninta chia sėklomis ir persikais (tausojantis)(augalinis)	2-60	250/50	4,46	6,12	36,50	211,82
Jogurtas	14-18	125	4,22	3,91	23,28	145,31
Sezoninis vaisius	16-22	120	1,44	0,36	27,72	116,40
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,12	10,39	87,51	473,53

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaidri kietųjų kviečių makaronų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-29	150	2,62	2,37	18,65	104,23
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/6	45	3,06	0,50	23,40	112,05
Sklindžiai su obuoliais	5-43	150	6,85	12,68	33,43	276,86
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			13,54	24,66	82,00	603,79

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaidri kietųjų kviečių makaronų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-29	150	2,62	2,37	18,65	104,23
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Orkaitėje keptas "Švedišką" kiaulienos kukulaitis (tausojantis)	12-11	100	23,77	10,78	7,94	230,11
Biri grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	2-13	120/5	4,62	5,63	29,82	187,42
Marinuotų kopūstų salotos	4-118	50/5	0,72	3,58	4,49	52,27
Sezoninių daržovių lazdelės	4-12	50	0,43	0,10	2,15	10,25
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			34,89	22,91	84,04	684,46

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių ir vištienos mėsos blynai "Žemaičiai"	3-109	240	21,80	16,01	49,40	416,87
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Sezoninių daržovių lazdelės	4-27	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			22,87	25,01	51,73	511,77
Iš viso (dienos davinio):			67,88	58,30	223,28	1669,76

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
2 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė skaninta augaliniu pienu ir veganišku sviestu (tausojantis)(augalinis)	2-150	200	4,72	6,30	32,26	223,15
Sezoninis vaisius	16-22	120	1,44	0,36	27,72	116,40
Trapučiai (kukurūzų arba grikių arba ryžių)	16-32	30	2,13	0,33	23,70	109,50
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,29	6,99	83,68	449,05

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies sultinys su žolelėmis (tausojantis)	1-80	150	7,16	5,92	2,71	92,25
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Pikantiškas baltagūžių kopūstų apkepas (tausojantis)	3-116	200	11,76	17,70	19,07	282,15
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Burokėlių krapačio, pagardintas bazilikų aliejumi (augalinis)	4-113	50/5	0,84	1,56	5,19	36,51
Sezoninių daržovių lazdelės	4-12	50	0,43	0,10	2,15	10,25
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			23,64	34,72	51,04	609,23

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies sultinys su žolelėmis (tausojantis)	1-80	150	7,16	5,92	2,71	92,25
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Vištienos kepsneliai sezamų sėklose kepti orkaitėje (tausojantis)	9-56	100	31,34	7,76	8,18	225,59
Virtų bulvių ir morkų košė (tausojantis)	3-112	120	2,48	4,47	21,84	132,70
Burokėlių krapačio, pagardintas bazilikų aliejumi (augalinis)	4-113	50/5	0,84	1,56	5,19	36,51
Sezoninių daržovių lazdelės	4-13	80	0,68	0,16	3,44	16,40
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			45,23	20,31	62,35	603,63

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kruasanas	15-12	60	3,90	12,24	22,92	220,20
Plaktos varškės desertas su trintomis uogomis	15-03	150/30	20,13	21,69	12,91	268,45
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			24,03	33,93	35,83	488,65
Iš viso (dienos davinio):			77,55	61,23	181,85	1541,33

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su naminių obuolių džemu (tausojantis)(augalinis)	2-90	200/80	4,09	6,32	46,08	264,05
Sūrio lazdelės	16-03	40	8,32	10,08	0,24	116,00
Sezoninis vaisius	16-25	120	0,60	0,12	12,24	52,44
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,01	16,52	58,56	432,49

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-86	150	1,22	3,06	9,31	68,95
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/6	45	3,06	0,50	23,40	112,05
Virtų bulvių ir daržovių paplotėliai (tausojantis)	3-43	250	8,07	4,88	60,77	305,74
Grietinė (30 % rie.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Pekino kopūstų salotos (augalinis)	4-133	30/3	0,39	3,06	1,27	32,67
Daržovių rinkinys	4-02	80	0,68	0,06	3,51	15,80
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			14,16	20,57	99,38	623,69

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-86	150	1,22	3,06	9,31	68,95
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/6	45	3,06	0,50	23,40	112,05
"Bolognese" padažas (kiaulienos mėsa ir daržovės) (tausojantis)	12-51	130	21,75	9,62	5,46	199,97
Virti kietųjų kviečių makaronai skaninti sviestu (tausojantis)	5-30	150/5	7,24	5,30	44,46	253,30
Pekino kopūstų salotos (augalinis)	4-133	30/3	0,39	3,06	1,27	32,67
Daržovių rinkinys	4-02	80	0,68	0,06	3,51	15,80
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			34,36	21,61	87,59	683,31

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojantis)	6-11	150	23,96	12,19	29,18	323,81
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Grietinė (30 % rie.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			24,95	21,31	35,51	433,88
Iš viso (dienos davinio):			72,32	59,43	181,66	1549,69

11-18 m.
3 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų pudingas gardintas sviestu (tausojantis)	2-63	200/8	4,89	8,71	31,94	225,98
Sėklos (moliūgų arba sezamų arba linų sėmenų)	16-13	5	1,20	2,25	0,70	27,85
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,76	11,68	84,24	470,01

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-88	150	2,76	2,16	14,04	83,40
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Varškės apkepas (tausojantis)	6-14	200	3,05	4,15	7,83	388,38
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Trintos uogos	13-1/2	25	0,23	0,10	4,92	20,13
Stalo vanduo su apelsiniais be cukraus	14-07	150	0,14	0,02	1,76	7,05
Iš viso:			9,61	15,87	50,28	686,45

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-88	150	2,76	2,16	14,04	83,40
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Varškės apkepas (tausojantis)	6-14	200	3,05	4,15	7,83	388,38
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Trintos uogos	13-1/2	25	0,23	0,10	4,92	20,13
Stalo vanduo su apelsiniais be cukraus	14-07	150	0,14	0,02	1,76	7,05
Iš viso:			9,61	15,87	50,28	686,45

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
"Penne pasta" su augaline grietine (tausojantis)(augalinis)	5-52	150/35	9,21	8,99	51,20	320,33
Sezoninių daržovių lazdelės	4-27	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Jogurtas	14-18	125	4,22	3,91	23,28	145,31
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,78	12,90	75,88	472,64
Iš viso (dienos davinio):			41,76	56,31	210,39	1629,10

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

Direktore
Irena Volska

11-18 m.
3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	7-1	2 vnt.	12,30	11,70	0,70	157,00
Viso grūdo kvietinės duonos sumuštinis su sviestu, fermentiniu sūriu ir pomidoru	16-61	30/5/12/15	5,19	7,51	16,79	156,13
Sezoninis vaisius	16-22	120	1,44	0,36	27,72	116,40
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,93	19,57	45,21	429,53

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė keptų moliūgų sriuba su moliūgo branduoliais (tausojantis)	1-59	150	1,74	3,00	10,55	74,79
Skrudinta lietuviška viso grūdo kvietinė duona	16-64	6	0,53	0,06	3,63	17,57
Raudonųjų lęšių ir daržovių paplotėliai (tausojantis)	3-57	150	23,37	8,31	54,22	371,73
Morkų ir obuolių salotos su apelsinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-126	80/8	0,70	4,06	8,95	73,28
Daržovių rinkinys	4-02	80	0,68	0,06	3,51	15,80
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-20	150	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			27,03	15,49	80,88	553,21

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė keptų moliūgų sriuba su moliūgo branduoliais (tausojantis)	1-59	150	1,74	3,00	10,55	74,79
Skrudinta lietuviška viso grūdo kvietinė duona	16-64	6	0,53	0,06	3,63	17,57
Kalakutienos frikadelės troškintos savo sultyse (tausojantis)	10-1;	100	21,64	12,68	9,25	239,57
Biri grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	2-13	120/5	4,62	5,63	29,82	187,42
Morkų ir obuolių salotos su apelsinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-126	80/8	0,70	4,06	8,95	73,28
Daržovių rinkinys	4-02	80	0,68	0,06	3,51	15,80
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-20	150	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			29,92	25,50	65,72	608,47

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	5-43	150	6,85	12,68	33,43	276,86
Grietinė (30 %rieb.)	13-08	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Trintos uogos	13-1/4	40	0,36	0,16	8,87	36,15
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,17	24,84	43,54	430,21
Iš viso (dienos davinio):			57,02	69,91	235,35	1468,21

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
3 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Klasikinė grikių košė su veganišku sviestu (tausojantis)(augalinis)	2-97	200/5	5,20	4,46	33,40	193,52
Sėklos (moliūgų arba sezamų arba linų sėmenų)	16-13;	7	1,68	3,15	0,98	38,99
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,28	8,21	80,58	426,51

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-62	150	4,16	2,26	16,23	94,98
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/6	45	3,06	0,50	23,40	112,05
Pikantiškas cukinijų apkepamas (tausojantis)	3-60	200	11,34	17,91	17,18	269,55
Grietinė (30 % rie.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Šviežių kopūstų, pomidorų, agurkų, salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	4-105	80/8	0,90	4,12	4,15	55,05
Sezoninių daržovių lazdelės	4-53	50	0,45	0,10	3,35	14,00
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-20	150	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			20,63	33,88	65,25	633,57

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-62	150	4,16	2,26	16,23	94,98
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Orkaitėje kepta vištienos blauzdelė (su kaulų) (tausojantis)	9-42	120	24,66	15,04	0,03	239,88
Virtų bulvių ir keptų salierų košė (tausojantis)	3-24	150	3,33	6,70	22,90	158,42
Šviežių kopūstų, pomidorų, agurkų, salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	4-105	80/8	0,90	4,12	4,15	55,05
Sezoninių daržovių lazdelės	4-53	50	0,45	0,10	3,35	14,00
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-20	150	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			36,21	28,65	67,46	661,97

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
"Ravioli" su kiaulienos mėsa (tausojantis)	12-41	150	20,04	5,96	36,65	287,85
Grietinė (30 % rie.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius	16-21	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Iš viso:			21,96	15,26	60,68	472,75
Iš viso (dienos davinio):			67,44	52,12	208,72	1561,23

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
3 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	5-55	120	9,30	7,52	47,26	298,37
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Sezoninis vaisius	16-50	50	0,50	0,30	6,95	28,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,79	16,94	60,54	436,44

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaidri kietųjų kviečių makaronų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-29	150	2,62	2,37	18,65	104,23
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Kepti batatai su sūriu ir rozmarinu (tausojantis)	3-63;	200	4,22	6,69	44,02	237,73
Virtų burokėlių salotos su citrinų-aliejaus užpilu ir kepintomis saulėgrąžų sėklomis	4-107	50/5	1,26	3,03	5,57	52,88
Troškintos šparaginės pupelės (tausojantis)	3-67	100	2,28	6,08	8,54	97,92
Stalo vanduo su apelsiniais be cukraus	14-07	150	0,14	0,02	1,76	7,05
Iš viso:			13,23	18,62	99,33	599,40

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaidri kietųjų kviečių makaronų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-29	150	2,62	2,37	18,65	104,23
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Duetas lašišos ir menkės "Fishballs" (tausojantis)	8-24	100	23,37	13,29	5,93	237,56
Birūs "Basmati" ryžiai, gardinti tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	2-06	120/5	2,66	5,38	27,13	166,94
Virtų burokėlių salotos su citrinų-aliejaus užpilu ir kepintomis saulėgrąžų sėklomis	4-108	80/8	1,97	5,55	8,88	90,50
Sezoninių daržovių lazdelės	4-12	50	0,43	0,10	2,15	10,25
Stalo vanduo su apelsiniais be cukraus	14-07	150	0,14	0,02	1,76	7,05
Iš viso:			33,90	27,14	85,30	716,13

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šešių grūdų dribsnių košė skaninta chia sėklomis (augalinis)(tausojantis)	2-100	200	6,29	7,56	33,46	221,45
Pienas 2,5 %rieb.	14-23	200	5,80	5,00	9,40	106,00
Sezoninis vaisius	16-22	120	1,44	0,36	27,72	116,40
Iš viso:			13,53	12,92	70,58	443,85
Iš viso (dienos davinio):			58,22	57,01	216,42	1596,42

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
4 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su brokoliais (tausojantis)(augalinis)	2-114	200	6,41	5,81	34,45	212,35
Sūrio lazdelės	16-03	40	8,32	10,08	0,24	116,00
Sezoninis vaisius	16-22	120	1,44	0,36	27,72	116,40
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,17	16,25	62,41	444,75

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-92	150	5,07	1,19	20,04	88,44
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/7	50	3,40	0,55	26,00	124,50
Įdarytos cukinijos su kuskusu ir saulėje džiovintais pomidorų pesto (tausojantis)	3-70	200	8,67	10,43	37,07	306,28
Bulguro kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	2-115	80/2	3,69	1,39	22,77	111,44
Spalvotos daržovių salotos, pagardintos provanso žolelių aliejumi (augalinis)	4-85	100/10	0,92	5,19	5,08	67,20
Sezoninių daržovių lazdelės	4-12	50	0,43	0,10	2,15	10,25
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			22,19	18,86	113,29	708,68

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-92	150	5,07	1,19	20,04	88,44
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/3	30	2,04	0,33	15,60	74,70
Vištienos file kepsneliai troškinti grietinėle (tausojantis)	9-59	100/50	31,80	14,30	5,36	227,55
Kuskuso kruopų košė virta daržovių sultinyje (tausojantis)	2-162	120/4	4,43	3,49	25,23	198,63
Spalvotos daržovių salotos, pagardintos provanso žolelių aliejumi (augalinis)	4-84	80/8	0,73	4,15	3,87	53,13
Sezoninių daržovių lazdelės	4-12	50	0,43	0,10	2,15	10,25
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			44,51	23,56	72,44	653,28

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas omletas su fermentinio sūrio plutele (tausojantis)	7-03	140/10	14,77	20,68	2,87	256,59
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/3	30	2,04	0,33	15,60	74,70
Sezoninių daržovių lazdelės	4-01	50	0,42	0,04	2,23	10,00
Kefyro, bananų ir uogų kokteilis	14-10	100/100	4,25	2,85	21,20	123,00
Iš viso:			21,48	23,90	41,90	464,29
Iš viso (dienos davinio):			82,16	63,71	176,76	1562,31

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
4 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė skaninta chia sėklomis ir persikais (tausojančias)(augalinis)	2-59	200/40	4,66	4,15	36,32	194,22
Sėklos (moliūgų arba sezamų arba linų sėmenų)	16-13;	7	1,68	3,15	0,98	38,99
Sūrio lazdelės	16-03	40	8,32	10,08	0,24	116,00
Sezoninis vaisius	16-29	120	0,84	0,48	21,12	92,16
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,50	17,86	58,66	441,37

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Airiška bulvienė su kopūstais (tausojančias) (augalinis)	1-53	150	1,47	1,71	11,16	65,53
Lietuviška viso grūdų ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
"Tabbouleh" kvietinės kruopos su daržovėmis (tausojančias)(augalinis)	2-120	250	7,38	7,59	46,31	273,93
Daržovių rinkinys	4-03	100	0,86	0,07	4,32	19,50
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			12,45	9,81	82,76	459,14

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Airiška bulvienė su kopūstais (tausojančias) (augalinis)	1-53	150	1,47	1,71	11,16	65,53
Lietuviška viso grūdų ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Ryžių plovos su kiaulienos mėsa (tausojančias)	12-54	200/80	22,62	29,61	54,69	569,23
Daržovių rinkinys	4-03	100	0,86	0,07	4,32	19,50
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			27,69	31,83	91,14	754,44

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojančias)	6-10	130	20,70	10,33	28,97	293,00
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Pienas 2,5 %rieb.	14-23	200	5,80	5,00	9,40	106,00
Iš viso:			27,22	24,33	39,30	486,90
Iš viso (dienos davinio):			70,41	74,02	189,11	1682,70

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

Direktorė
Irena Volska



11-18 m.
4 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktore Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	5-55	120	9,30	7,52	47,26	298,37
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Sezoninis vaisius	16-40	100	1,00	0,00	9,00	43,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,29	16,64	62,59	451,44

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė morkų ir kario sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-68	150	1,81	1,65	18,28	92,05
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Troškintos pupelės su daržovėmis ir augaline grietine (tausojantis)	3-18	150	10,90	13,70	32,52	229,70
Virtos bulvės gardintos šviežiais krapais (tausojantis)	3-01	100	2,23	0,12	21,74	91,73
Šviežių kopūstų, pomidorų, agurkų, salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	4-106	100/10	1,14	5,14	5,15	68,58
Sezoninių daržovių lazdelės	4-14	100	0,85	0,20	4,30	20,50
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			19,67	21,25	102,97	602,73

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė morkų ir kario sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-68	150	1,81	1,65	18,28	92,05
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Kalakutienos frikadelės troškintos savo sultyse (tausojantis)	10-1;	100	21,64	12,68	9,25	239,57
Virtos bulvės gardintos šviežiais krapais (tausojantis)	3-01;	120	2,63	0,14	25,68	108,33
Šviežių kopūstų, pomidorų, agurkų, salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	4-106	100/10	1,14	5,14	5,15	68,58
Sezoninių daržovių lazdelės	4-13	80	0,68	0,16	3,44	16,40
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			30,65	20,22	82,78	625,11

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	2-105;	250/10	4,14	8,78	41,52	261,94
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Jogurtas	14-18	125	4,22	3,91	23,28	145,31
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,63	12,81	70,21	429,43
Iš viso (dienos davinio):			50,56	49,67	215,58	1505,98

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

11-18 m.
4 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė Stanislava Šalašova

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
„Granola“ su pienu	15-10	200	11,25	15,75	36,44	326,41
Sezoninis vaisius	16-22	120	1,44	0,36	27,72	116,40
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,69	16,11	64,16	442,81

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių barščiai (tausojantis) (augalinis)	1-50	150	1,50	2,11	11,67	68,56
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/6	45	3,06	0,50	23,40	112,05
Troškintos pupelės su pomidorais (tausojantis)	3-82	130	10,12	13,44	29,40	218,47
Garinti brokoliai (tausojantis)(augalinis)	3-77	100	3,52	0,37	6,16	34,38
Biri grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	2-13	120/5	4,62	5,63	29,82	187,42
Pekino kopūstų salotos (augalinis)	4-133	30/3	0,39	3,06	1,27	32,67
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			23,23	25,11	101,90	654,12

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių barščiai (tausojantis) (augalinis)	1-50	150	1,50	2,11	11,67	68,56
Lietuviška viso grūdo ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Letai troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	12-58	100/30	24,89	11,08	4,19	214,54
Biri grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	2-13	120/5	4,62	5,63	29,82	187,42
Pekino kopūstų salotos (augalinis)	4-133	30/3	0,39	3,06	1,27	32,67
Sezoninių daržovių lazdelės	4-14	100	0,85	0,20	4,30	20,50
Stalo vanduo su citrina	14-05	150	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			34,99	22,53	72,23	623,87

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kapotos tešlos pyragėlis su vištienos mėsa ir sezamo sėklomis (tausojantis)	5-14	90/40	16,08	19,23	42,94	416,21
Sezoninių daržovių lazdelės	4-12	50	0,43	0,10	2,15	10,25
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,50	19,33	45,09	426,46
Iš viso (dienos davinio):			64,18	57,97	181,48	1493,14

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pernaktinė avižinė košė su chia sėklomis (tausojantis)(augalinis)	2-142	200	5,37	10,66	25,24	234,70
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Sezoninis vaisius	16-22;	200	2,40	0,60	46,20	194,00
Nesaldinta arbata	14-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,04	11,38	76,84	450,88

Pietūs (vegetariškas variantas) 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvienė (tausojantis)	1-71	150	8,50	5,29	8,20	112,12
Lietuviška viso grūdų ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Avinžirnių paplotėliai "Falafeliai" (tausojantis)	3-100	150	14,72	8,49	34,16	271,59
Jogurtinis padažas "Tzatziki"	13-17	30	1,21	1,52	1,51	24,46
Morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-38	70/7	1,37	4,68	7,79	75,74
Sezoninių daržovių lazdelės	4-27	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-20	150	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			28,88	20,42	73,86	590,55

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvienė (tausojantis)	1-71	150	8,50	5,29	8,20	112,12
Lietuviška viso grūdų ruginė duona	16-1/5	40	2,72	0,44	20,80	99,60
Tarkuotų bulvių apkepas keptas orkaitėje (tausojantis)	3-92	300	8,15	5,91	53,40	287,31
Grietinė (30 %rieb.)	13-07	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-37	50/5	0,95	3,12	5,57	52,09
Sezoninių daržovių lazdelės	4-27	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-20	150	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			21,39	23,76	90,31	646,06

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	5-55	120	9,30	7,52	47,26	298,37
Trintos uogos	13-1/3	30	0,27	0,12	5,41	22,18
Pienas 2,5 %rieb.	14-23	200	5,80	5,00	9,40	106,00
Iš viso:			15,37	12,64	62,06	426,54
Iš viso (dienos davinio):			44,80	47,78	229,21	1523,47

Maitinimo organizavimo specialistė
T. Ramanauskienė