

## 7-10 amžiaus grupė

1 savaitė  
PirmadienisPusryčiai  
8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/30T 2	200	5,62	3,21	37,15	199,95
Varškė (9 %) su graikišku jogurtu (2%) ir uogomis	15-1/1 2	100	13,79	7,44	4,00	138,12
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>19,81</b>	<b>11,05</b>	<b>54,15</b>	<b>395,27</b>

Pietūs 10.35  
val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT 1	150	3,73	5,10	20,73	143,79
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
Ryžių plovai su vištienos filė (tausojantis)	10-5/111T 4	170 (70/100)	21,87	9,89	27,33	285,82
Tarkuotas šviežios morkos su obuoliais ir citrinos sultimis(augalinis)	2-1/7A 6	110	1,12	5,79	5,86	80,04
Sezoninės vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>28,56</b>	<b>21,58</b>	<b>81,57</b>	<b>637,59</b>

Iš viso(dienos davinio)

48,37

32,63

135,72

1032,96

1 savaitė  
AntradienisPusryčiai  
8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu (82%) ir cinamonų (tausojantis)	3-3/34AT 4	200	6,32	4,30	34,67	200,32
Tamsi duona su sviestu ir fermentinių sūriu	18/7 2	38/7/15	2,90	2,10	10,60	130,50
Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,80</b>	<b>6,98</b>	<b>64,12</b>	<b>413,76</b>

Pietūs 10 .35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1,43	3,14	10,68	76,72
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	44,00
Nesaldus jogurtas (2%)	18/2 2	10	0,90	0,20	0,23	6,32
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	11-8/162T 2	100	18,90	8,27	5,84	173,38
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	5-3/61T 5	110	3,29	2,80	25,19	139,12
Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/2A 2	100	1,17	3,25	7,62	64,37
Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>27,53</b>	<b>18,46</b>	<b>77,21</b>	<b>586,85</b>

Iš viso (dienos davinio)

37,33

25,44

141,33

1100,61

1 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai  
8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu 82% ir sūriu(tausojantis)	6-3/60T	200	12,43	6,98	53,80	337,73
Nesaldinta vaisių arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Virtas kiaušiniai(tausojantis)	8-3/60T	100	12,70	12,10	0,72	16,28
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
<b>Iš viso:</b>			<b>25,71</b>	<b>19,66</b>	<b>73,37</b>	<b>436,95</b>

Pietūs 10.35 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)	1-3/41AT 1	150	1,91	4,75	11,38	95,88
Nesaldus jogurtas (2%)	18/2 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirnėliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	10-5/101T 3	140	15,05	6,66	16,18	184,86

Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 3	90	5,33	3,30	29,31	168,29
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	110	1,41	10,72	6,17	126,75
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	70	0,28	0,28	9,10	40,04
<b>Iš viso:</b>			<b>25,69</b>	<b>26,03</b>	<b>81,06</b>	<b>663,98</b>

**Iš viso(dienos davinio) 51,4 45,69 154,43 1100,93**

**1 savaitė  
Ketvirtadienis**

**Pusryčiai  
8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje varškėčiai su prieskoninėmis žolelėmis	7-8/167T4	170	10,38	8,77	51,23	325,33
Grietinė		10	0,30	0,31	0,24	29,20
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Nesaldinta juoduota arbata	17-1/2 14	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,76</b>	<b>9,56</b>	<b>67,17</b>	<b>423,17</b>

**Pietūs 10.35  
val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Tamsi duona	18/70 1	20	1,26	0,22	8,80	45,00
Kepti su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (tausojantis)	11-7/140T2	100	22,19	10,25	5,15	201,56
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 4	80	1,65	0,08	15,08	67,65
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A 2	90	1,70	6,42	7,94	96,33
Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	28,60
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>32,27</b>	<b>21,73</b>	<b>75,49</b>	<b>575,01</b>

**Iš viso(dienos davinio) 44,03 31,29 142,66 1000,18**

**1 savaitė  
Penktadienis**

**Pusryčiai  
8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas(tausojantis)	3-3/41AT 3	150	17,09	16,97	15,12	281,52
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varškė (9%) ir obuoliais	18/19 3	28/28/14	6,20	3,50	18,00	128,90
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
<b>Iš viso:</b>			<b>23,69</b>	<b>20,87</b>	<b>46,12</b>	<b>467,62</b>

**Pietūs 10.35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/25AT2	150	11,27	3,73	32,82	209,95
Nesaldus jogurtas (2%)	18/2 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
Kepta su garais liesa (jūros lydeka) maltiniai(tausojantis)	9-7/144T 4	110	22,08	5,30	7,46	165,85
Bulvių košė su sviestu 82%(tausojantis)	3-5/105AT 2	110	5,98	5,09	45,80	252,94
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su aliejaus padažu(augalinis)	2-3/6A 5	110	1,31	5,76	4,12	73,54
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
Sezoniniai vaisiai	18/25 2	60	0,24	0,24	7,80	34,32
<b>Iš viso:</b>			<b>42,59</b>	<b>20,44</b>	<b>106,92</b>	<b>784,76</b>

**Iš viso(dienos davinio) 66,28 41,31 153,04 1152,38**

**2 savaitė  
Pirmadienis**

**Pusryčiai  
8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/42AT 3	250	6,83	4,00	36,77	210,42
Varškė (9 %) su grietine (30 %)	15-1/2 5	100	15,12	8,76	14,12	195,78
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>21,95</b>	<b>12,76</b>	<b>50,89</b>	<b>406,20</b>

**Pietūs 10.35  
val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių ir obuolių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/20AT 1	150	1,13	2,43	11,53	72,52
Nesaldus jogurtas (2%)	18/2 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
Tamsi duona	18/70 1	20	1,26	0,22	8,80	45,00
Troškinta kiauliena su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T 3	180(115/65)	31,11	7,25	8,72	224,61
Virti ryžiai su ciberžole(tausojantis)	3-357T2	90	2,29	1,95	24,75	125,71
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 3	120	1,17	11,72	12,09	158,54
Sezoniniai vaisiai	18/25 2	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>37,65</b>	<b>23,91</b>	<b>73,81</b>	<b>660,86</b>

**Iš viso(dienos davinio)**

**59,6      36,67      124,7      1167,06**

2 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai  
8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 4	110	6,51	4,89	35,83	213,35
Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
Tamsi duona su sviestu 82% ir sūriu	18/702	38/7/15	2,90	2,10	10,60	130,50
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,88</b>	<b>8,75</b>	<b>69,58</b>	<b>426,79</b>

**Pietūs 10.35  
val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4,33	1,86	18,60	108,43
Tamsi duona	18/70 1	20	1,26	0,22	8,80	45,00
Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	11-5/102T 5	120	27,46	8,73	7,08	216,71
Raugintų/šviežių kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A 5	130	1,15	9,24	8,06	120,01

Sezoniniai vaisiai	18/25 2	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Virtos bulvės(augalinis)(tausojantis)	4-3/65AT 6	80	1,65	0,08	15,08	67,65
<b>Iš viso:</b>			<b>36,09</b>	<b>27,04</b>	<b>50,08</b>	<b>592,12</b>

**Iš viso (dienos davinio) 48,97 35,79 119,66 1018,91**

2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai  
8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 5	200	5,98	5,09	45,80	252,94
Virtas kiaušinis (tausojantis)	8-3/60T 2	70	8,61	8,19	0,49	110,11
Sezoniniai vaisiai	18/20 4	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>14,95</b>	<b>13,64</b>	<b>57,99</b>	<b>414,53</b>

Pietūs 10.35  
val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT 1	150	8,48	4,33	23,72	167,77
Nesaldus jogurtas (2%)	18/2 2	10	0,90	0,20	0,23	6,32
Tamsi duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T 6	120	29,50	17,10	7,88	280,15
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais ir citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 3	120	1,31	2,69	18,87	104,95
Sezoniniai vaisiai	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04
Biri grikių kruopų košė(tausojantis)	3-3/43AT 4	90	5,33	3,30	29,31	168,29
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>47,28</b>	<b>28,22</b>	<b>97,67</b>	<b>710,56</b>

**Iš viso(dienos davinio) 62,23 41,86 155,66 1277,56**

2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai  
8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje varškečiai su prieskoninėmis žolelėmis	7-8/167T 4	170	10,38	8,77	51,23	325,33
Grietinė		10	0,30	0,31	0,24	29,20
Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 14	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,76</b>	<b>9,56</b>	<b>67,17</b>	<b>423,17</b>

Pietūs 10.35  
val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/30AT 1	150	4,23	3,33	18,47	120,74
Ryžių plovai su vištienos filė (tausojantis)	10-5/111T 4	170 (70/100)	21,87	9,89	27,33	285,82
Kepti su garais burokėliai su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/143AT 2	100	4,92	8,48	12,22	144,83
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04
<b>Iš viso:</b>			<b>32,28</b>	<b>22,20</b>	<b>75,92</b>	<b>636,43</b>

Iš viso(dienos davinio)

**44,04      31,76      143,09      1059,6**

2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai  
8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu ( 82%) ir cinamonų(tausojantis)	3-3/54T 2	200	6,65	5,69	32,42	207,52
Tamsi duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 2	38/7/15	3,01	6,42	16,95	137,63
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
<b>Iš viso:</b>			<b>10,14</b>	<b>12,59</b>	<b>64,97</b>	<b>413,79</b>

Pietūs 10.35  
val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT 1	150	2,10	4,82	17,28	120,89
Keptas orkaitėje lašišos apkepas (tausojantis)	9-8/166T 3	100	17,80	12,33	3,27	195,30
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	3-3/57T 2	90	2,29	1,95	24,75	125,71
Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20A 3	120	1,15	7,45	9,80	110,82
Sezoniniai vaisiai	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
<b>Iš viso:</b>			<b>24,88</b>	<b>27,05</b>	<b>73,00</b>	<b>632,76</b>

**Iš viso(dienos davinio)**

**35,02**

**39,64**

**137,97**

**1046,55**

**3 savaitė**  
**Pirmadienis**

**Pusryčiai**  
**8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/60T 2	200	11,31	7,69	44,26	291,40
Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
Varškė (9%) su grietine(30%)	15-1/1 3	100	13,79	7,44	54,27	138,11
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>25,34</b>	<b>15,37</b>	<b>106,33</b>	<b>463,83</b>

**Pietūs 10.35**  
**val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT 1	150	1,88	3,27	13,17	89,62
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zūkis (tausojantis)	11- 7/140T 2	100	22,19	10,25	5,15	201,56
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 3	90	5,33	3,30	29,31	168,29
Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 2	90	2,05	8,95	8,72	123,62
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04



<b>Iš viso:</b>	32,99	26,27	74,25	668,13
-----------------	-------	-------	-------	--------

**Iš viso (dienos davinio) 58,33 41,64 155,58 1131,96**

3 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai  
8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir cinamonu(augalinis) (tausojantis)	3-3/55AT 4	250	10,38	8,77	51,23	325,33
Tamsi duona su sviestu 82% ir sūriu	18/702	38/7/15	2,90	2,10	10,60	130,50
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			13,28	10,87	61,83	455,83

Pietūs 10.35  
val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4,33	1,86	18,60	108,43
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 4	100	20,00	3,99	1,12	120,32
Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4- 5/104AT 5	110	2,21	4,97	22,69	144,29
Sezoniniai vaisiai	18/25 5	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 4	130	1,42	6,71	5,11	86,56
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			29,58	18,11	68,02	556,08

**Iš viso(dienos davinio) 42,86 28,98 129,85 1011,91**

3 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai  
8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T 4	160	8,90	5,18	46,99	270,19
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 3	20	5,76	5,60	0,02	73,52
Sezoniniai vaisia	18/20 9	140	0,56	0,56	18,20	80,08

Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>15,22</b>	<b>11,34</b>	<b>65,21</b>	<b>423,79</b>

**Pietūs 10.35  
val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2,32	3,37	16,11	104,02
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
Troškinta kiauliena su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T 3	180(115/65)	31,11	7,25	8,72	224,61
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT 5	90	1,34	5,49	8,04	86,90
Virtos bulvės(tausojantis)	4-3/65AT 6	80	1,65	0,08	15,08	67,65
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04
<b>Iš viso:</b>			<b>37,96</b>	<b>16,69</b>	<b>65,85</b>	<b>568,22</b>

**Iš viso(dienos davinio)**

**53,18      28,03      131,06      1002,01**

**3 savaitė  
Ketvirtadienis**

**Pusryčiai  
8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82 %) (tausojantis)	3-3/40T 3	250	9,77	6,41	46,04	280,93
Nesaldinta vaisių arbata	17-1/2 14	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Tamsi duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 1	20/5/10	1,62	4,47	9,01	82,75
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
<b>Iš viso:</b>			<b>11,79</b>	<b>11,28</b>	<b>68,05</b>	<b>420,87</b>

**Pietūs 10.35  
val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	1-3/33AT 1	150	1,45	3,38	14,58	94,50
Tamsi duona	18/70 2	30	2,22	0,48	12,84	64,56
Miežinių kruopų košė su sviestu(82%)(tausojantis)	3-3/30T 2	100	2,81	1,60	18,58	99,98
Vištienos krūtinėlė guliašas su morkomis pomidorų tyrėje(tausojantis)	10-5/105T 3	160960/1000	18,98	6,08	9,91	170,23

Nesaldus jogurtas (2%)	18/2 6	30	2,70	0,60	0,69	18,96
Morkų, obuolių ir salierų salotos su aliejumi (augalinis)	2-1/21A 2	90	2,05	8,95	8,72	123,62
Sezoniniai vaisiai	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>30,49</b>	<b>21,37</b>	<b>74,42</b>	<b>611,89</b>

**Iš viso(dienos davinio) 42,28 32,65 142,47 1032,76**

**3savaitė  
Penktadienis**

**Pusryčiai  
8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje varškečiai su prieskoniais žolelėmis	7-8/167T 4	170	10,38	8,77	51,23	325,33
Grietinė 30%		10	0,30	0,31	0,24	29,20
Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,76</b>	<b>9,66</b>	<b>70,32</b>	<b>437,47</b>

**Pietūs 10.35  
val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT 2	200	4,01	6,60	32,27	204,56
Kepti su garais žuvies (jūros lydeka) maltiniai (tausojantis)	9-7/146T 2	100	22,08	5,30	7,46	165,85
Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 4	110	1,90	3,27	17,14	105,62
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 3	110	1,31	5,76	4,12	73,54
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Tamsi duona		20	1,26	0,22	8,80	45,00
<b>Iš viso:</b>			<b>29,54</b>	<b>21,18</b>	<b>68,79</b>	<b>628,89</b>

**Iš viso(dienos davinio) 41,3 30,84 139,11 1066,36**