

7-10 M.
1 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų ir lęšių sriuba su grietinėle (tausojantis)	1-98/1	150	7.4	9.48	25.05	209.14
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Sultingi vištienos kukuliai grietinėlės padaže (tausojantis)	9-40/2	75/25	17.56	23.31	2.85	292.09
Bulvių košė paskaninta sviestu (tausojantis)	3-12.01	75/3	2.43	3.26	20.16	115.03
Gūžinės salotos “Iceberg” su agurku ir aliejumi (augalinis)	2-90	55/5	0.43	5.47	1.59	56.09
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			29.14	41.73	58.63	717.93
Iš viso (dienos davinio):			29.14	41.73	58.63	717.93

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
1 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta kreminė morkų sriuba su raudonaisiais lęšiais (tausojantis/augalinis)	226/3/2	150	5.91	2.55	18.99	117.87
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Perlinių kruopų troškinys su visštiena daržovėmis ir naminiu pomidorų padažu (tausojantis)	25.03.01/1	100/50	10.15	5.71	13.86	146.98
Švž. kopūstų, kukurūzų, paprikų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-39.1	55/3	0.78	3.29	2.95	43.8
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			18.31	11.76	46.94	363.05
Iš viso (dienos davinio):			18.31	11.76	46.94	363.05

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
1 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 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 su vištiena (tausojantis)	1-03/5	140/10	3.96	3.2	12.31	92.31
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Konvekcinėje krosnyje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-2	80	18.19	10.52	0.29	168.36
Perlinio kuskuso košė pagardinta sviestu (tausojantis)	3-53	80/2	2.81	2.22	15.54	126
Morkų, agurkų ir ridikėlių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	3.14-9	55/5	0.54	2.31	4.54	39.65
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
Iš viso:			26.93	18.46	43.51	479.44
Iš viso (dienos davinio):			26.93	18.46	43.51	479.44

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
1 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su brokoliais (tausojantis)(augalinis)	79/0.1	150	2.14	3.15	9.41	70.26
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Makaronai su "Bologneze" padažu	5-1/7.1	180	24.67	6.55	47.3	350.12
Švž. kopūstų, kukurūzų, paprikų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-39.1	55/3	0.78	3.29	2.95	43.8
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			28.91	13.2	68.64	509.75
Iš viso (dienos davinio):			28.91	13.2	68.64	509.75

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
1 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta kukurūzinė sriuba su sūriu (tausojantis)	789.2	140/9	4.02	7.09	11.57	126.62
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Žuvies kukuliai troškinti pomidorų padaže (tausojantis)	8-51.1	100	14.82	8.9	9.01	178.98
Kuskuso kruopų košė su sviestu (tausojantis)	55/2	75/4	3.27	3.64	18.03	155.68
Virtų burokėlių, žalių žirnelių, raugintų agurkų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-107	55/3	1.26	1.51	6.24	40.57
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			24.7	21.34	53.83	547.44
Iš viso (dienos davinio):			24.7	21.34	53.83	547.44

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
2 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	22	150	1.77	3.74	9.91	78.15
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Plikytų ryžių plovas su kiauliena	9-30/4.1	100/50	14.28	18.21	31.91	278.26
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	2-52.0	80	0.71	0.08	5.81	25.33
Arbata su citrina be cukraus	16/2	200	0.05	0.01	0.45	1.41
Iš viso:			18.11	22.25	56.89	428.15
Iš viso (dienos davinio):			18.11	22.25	56.89	428.15

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
2 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su lęšiais (augalinis)(tausojantis)	1-40/2	150	3.33	3.68	10.84	86.47
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Kiaulienos kukuliai "Meat balls" (tausojantis)	04.14/25	120	15.5	7.81	10.94	176.26
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	85/3	2.32	3.11	19.27	110
Švž. agurkų ir kopūstų salotos su aliejumi	2-75/75	55/5	0.58	5.42	2	58.79
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			23.05	20.22	52.04	477.1
Iš viso (dienos davinio):			23.05	20.22	52.04	477.1

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
2 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įvairiaspalvių daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	1-79/2	150	2.38	4.82	11.93	95.49
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Orkaitėje keptas vištienos maltinis (tausojantis)	09.22/5	100	22.56	6.13	9.92	186.05
Pieno padažas	13-10	15	0.54	1.54	1.68	22.85
Morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrinos sulčių-aliejaus užpilu (augalinis)	80.1	50/4/4	1.36	4.25	6.15	65.73
Perlinio kuskuso košė pagardinta sviestu (tausojantis)	3-53	65/2	2.28	1.8	12.63	102.37
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			30.44	18.75	51.29	518.07
Iš viso (dienos davinio):			30.44	18.75	51.29	518.07

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
2 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltųjų pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	71/0	150	5.27	4.72	21.3	144.88
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Kalakutienos filė guliašas (tausojantis)	8.14-20	100	20.3	10.77	6.27	203.24
Troškinta bolivinė balanda su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	08.20/1	80	2.85	3.85	13.26	99.93
Pekino kopūstų, pomidorų, švž. agurkų salotos su aliejaus užpilu	2-10	55/6	0.6	2.79	3.38	38.58
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
Iš viso:			30.45	22.34	55.03	539.75
Iš viso (dienos davinio):			30.45	22.34	55.03	539.75

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
2 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su bolivine balanda ir mėsos kukulaičiais (tausojantis)	08-12/1	150	8.97	7.67	14.79	163.12
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Baltos žuvies (lydekos) gabaliukai troškinti grietinėlės padaže (tausojantis)	08-12.2	100	13.73	11.26	4.79	177.9
Bulvių košė paskaninta sviestu (tausojantis)	3-12.01	75/3	2.43	3.26	20.16	115.03
Virtų burokėlių ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu	2-31/1	55/7	0.85	2.9	6.65	53.77
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			27.46	25.31	57.52	564.22
Iš viso (dienos davinio):			27.46	25.31	57.52	564.22

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
3 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-01/2	150	1.83	7.15	11.79	118.32
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Keptas su garais maltos jautienos ir kiaulienos šnicelis (tausojantis)	11-1.23	100	17.86	20.84	11.07	261.92
ICEberg salotos su agurkais, pomidorais ir paprika pagardintos aliejaus ir provanso žolelių užpilu (augalinis)	90.1/1	55/5	0.51	4.72	2.34	51.92
Biri grikių košė su sviestu (tausojantis)	3-18/0	80/2	2.16	1.89	13.87	81.05
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			23.69	34.81	48.05	558.79
Iš viso (dienos davinio):			23.69	34.81	48.05	558.79

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
3 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įvairiaspalvių daržovių sriuba su pupelėmis "Minestrone" (tausojantis)	1-11	150	3.03	5.42	15.33	117.17
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Įdarytas vištienos filė „Kijevo“ stiliaus kotletas kukurūzų dribsnių apvalkale keptas orkaitėje (tausojantis)	10.21.40	100	24.43	8.63	8.11	209.48
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	80	2.12	0.3	21.62	97.8
Švž. agurkų ir pomidorų salotos su grietine 30%rieb.	2-14	50/12	0.69	3.63	2.3	43.96
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
Iš viso:			31.71	18.19	58.17	521.54
Iš viso (dienos davinio):			31.71	18.19	58.17	521.54

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-68	150	1.51	3.24	9.33	70.17
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Jautienos befstrogenas (tausojantis)	11-17/2	80/40	21.51	13.4	6.15	231.76
Žiedinių kopūstų ir bulvių košė (tausojantis)	3.1-10.1	80/2	1.3	2.33	8.03	56.59
Morkų ir žirnelių salotos su užpilu (augalinis)	2-85.85	55/4	0.71	4.01	6.03	61.4
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			26.36	23.18	38.52	465.5
Iš viso (dienos davinio):			26.36	23.18	38.52	465.5

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
3 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	10/3	150	3.52	3.85	16.51	111.16
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Troškinta kalakutiena su daržovių padažu (tausojantis)	10-20	40/65	10.36	9.2	12.25	171.62
Mišrios lapinės salotos su agurkais, pagardintos jogurtiniu padažu (tausojantis)	08.19/3	60	0.8	1.56	1.94	23.85
Perlinio kuskuso košė pagardinta sviestu (tausojantis)	3-53	80/2	2.81	2.22	15.54	126
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			18.82	17.04	55.23	478.2
Iš viso (dienos davinio):			18.82	17.04	55.23	478.2

Dietistė
Eglė Saulevičienė

7-10 M.
3 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

Pusryčiai 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta kreminė žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	16.58.7	150	4.12	2.87	14.99	95.79
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Keptas žuvies kepsnys su kiaušinio plutele keptas orkaitėje (tausojantis)	8-10	100	21.98	7.23	4.48	173.35
Ryžių košė su kepintomis morkomis ir žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	04/15.3	80	1.8	1.6	15.06	81.8
Iceberg salotų, agurkų ir ridikėlių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu(augalinis)	2-90.	55/5	0.52	2.9	1.8	33.75
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			29.74	14.8	45.32	430.26
Iš viso (dienos davinio):			29.74	14.8	45.32	430.26

Dietistė
Eglė Saulevičienė