

4-6 M.  
1 savaitė  
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su pienu ir sviestu (tausojantis)	1-1/2	185/6	6.55	8.71	27.01	208.47
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4.16	5.04	0.12	58
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11.19</b>	<b>13.75</b>	<b>39.01</b>	<b>314.47</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	17/2	150	1.97	2.9	15.91	96.82
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Keptas su garais kalakutienos maltinis (be kiaušinio) (tausojantis)	10-0	80	20.53	8.67	5.27	182.4
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	80	3.07	0.42	19.8	95.1
Švž. morkų ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-22/1	55/2	0.43	1.01	5.76	32.75
Švž. pomidorai	2-54	40	0.4	0.16	2.32	10.8
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			<b>28.46</b>	<b>13.5</b>	<b>64.85</b>	<b>493.15</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių suflė (tausojantis)	6-3.	90/60	18.86	4.39	29.28	232.79
Natūralus jogurtas	16-26	50	2.2	1.95	2.35	36
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	50	0.41	0.18	9.35	38.2
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>21.47</b>	<b>6.52</b>	<b>40.98</b>	<b>306.99</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>61.12</b>	<b>33.77</b>	<b>144.84</b>	<b>1114.61</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
1 savaitė  
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška sorų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	69/1	145/5	4.94	5.66	24.84	164.29
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	100	1.2	0.3	23.1	97
Kakava su pienu	12-1/5	150	3.83	3.37	6.45	71.57
<b>Iš viso:</b>			<b>10.12</b>	<b>9.41</b>	<b>58.14</b>	<b>348.14</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	3/1	150	6.57	2.66	23.15	132.07
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Plikytų ryžių plovos su vištiena (tausojantis)	9-30/4	120/60	15.86	8.16	33.43	269.87
Švž. kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-95/1	50/5	0.69	4.98	2.31	55.54
Pjaustytas agurkas	111.11	30	0.21	0	0.84	4.2
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
<b>Iš viso:</b>			<b>25.54</b>	<b>16.15</b>	<b>77.67</b>	<b>545.78</b>

**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 (tausojantis)	7-2/5	110	9.42	13.96	2.8	174.53
Duona pertepta sviestu	16-2/3.1	20/4	1.88	4.2	10.72	86.93
Konservuoti žirneliai	2-28	30	1.47	0.06	4.74	19.2
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Kmynų arbata be cukraus	9/2	150	0.39	0.29	0.98	6.57
<b>Iš viso:</b>			<b>18.67</b>	<b>23.39</b>	<b>25.12</b>	<b>377.23</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>54.33</b>	<b>48.94</b>	<b>160.94</b>	<b>1271.15</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
1 savaitė  
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė gardinta pienu ir sviestu (tausojantis)	4-55/02	195/6	5.74	7.33	38.37	233.9
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7.06</b>	<b>7.55</b>	<b>58.03</b>	<b>313.22</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	1-04/5	150	1.95	3.5	14.6	96.48
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Konvekinėje krosnyje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-2	80	18.19	10.53	0.29	168.13
Perlinio kuskuso košė pagardinta sviestu (tausojantis)	3-53	80/2	2.81	2.22	15.54	126
Virtų burokėlių salotos su aliejaus ir citrinos sulčių užpilu (augalinis)	2002/2/3	50/5	0.92	2.15	6.09	45.27
Rauginti agurkai	18.2/3	30	0.84	0	0.39	5.7
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
<b>Iš viso:</b>			<b>26.88</b>	<b>18.75</b>	<b>54.54</b>	<b>524.4</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynai iš kefyro ir miltų	5-21/3	150	8.55	10.7	41.58	300.8
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Natūralus jogurtas	16-26	50	2.2	1.95	2.35	36
Čiobrelėlių arbata be cukraus	14-5/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10.99</b>	<b>12.76</b>	<b>49.54</b>	<b>359.72</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>44.94</b>	<b>39.06</b>	<b>162.11</b>	<b>1197.33</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
1 savaitė  
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė su keptomis saulėgrąžomis ir sviestu (tausojantis)	8/2	190/5/5	8.04	8.86	34.42	249.36
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	130	0.65	0.13	13.26	56.81
Kmynų arbata be cukraus	9/2	150	0.39	0.29	0.98	6.57
<b>Iš viso:</b>			9.25	9.35	52.41	328.02

**Pietūs 11:45 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	3.17	9.41	69.91
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Orkaitėje keptas kiaulienos ir jautienos maltinis (tausojantis)	4/5	80	16.9	6.92	3.5	144.14
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	5-4/5	100	4.05	0.78	20.45	108.97
Švž. kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-39	50/3	0.75	3.56	2.52	44.78
Morkų lazdelės (augalinis)	33	20	0.2	0.02	2.08	9
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			26.1	14.78	53.74	452.07

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška tiršta ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-52	95/3	2.95	3.87	20.27	127.85
Mielinė cinamoninė bandelė	106/8	50	2.78	8.17	22	173.92
Vaisinė arbata	21	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			5.73	12.04	42.27	301.77
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41.08</b>	<b>36.17</b>	<b>148.43</b>	<b>1081.86</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
1 savaitė  
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kietųjų kviečių makaronai su sviestu (tausojantis)	4-27/7	195/5	9.4	4.62	42.47	251.56
Traputis su lydyto sūrio užtepu	21.5.1	10/20	2.99	4.59	8.9	89.9
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>12.87</b>	<b>9.21</b>	<b>63.25</b>	<b>389.46</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltųjų pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	71/0	150	5.27	2.48	21.3	124.68
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Orkaitėje keptas žuvies (lašišos ir lydekos) maltinis (tausojantis)	19-1/1.	80	16.25	10.18	6	180.87
Virtos bulvės apkeptos konvekciniėje krosnyje, su krapais (tausojantis) (augalinis)	3-03/0	80	1.86	1.88	18.1	92.06
Virtų burokėlių, žalių žirnelių, raugintų agurkų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-107	75/5	1.68	2.01	8.32	54.1
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			<b>27.11</b>	<b>16.89</b>	<b>69.51</b>	<b>526.98</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	1-87	80/120	5.45	3.24	19.23	124.41
Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu (batonas)	104/17/1	30/5/15	6.64	8.9	16	172.3
Ramunėlių arbata be cukraus	14-3/2	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>12.09</b>	<b>12.14</b>	<b>35.23</b>	<b>296.71</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52.07</b>	<b>38.24</b>	<b>167.99</b>	<b>1213.15</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
2 savaitė  
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	41/2	195/6	7.57	7.67	29.64	214.57
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9.25</b>	<b>8.14</b>	<b>62.97</b>	<b>353.89</b>

**Pietūs 11:45 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	1.91	9.91	61.62
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Plikytų ryžių plovai su kiauliena	9-30/4.1	65/55	17.69	23.67	41.76	364.3
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	2-52.0	80	0.71	0.08	5.81	25.33
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			<b>22.24</b>	<b>25.99</b>	<b>73.27</b>	<b>526.53</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	32	150	23.54	16.22	17.72	312.36
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Natūralus jogurtas	16-26	50	2.2	1.95	2.35	36
Žolelių arbata be cukraus	14-22/4	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>25.98</b>	<b>18.27</b>	<b>25.68</b>	<b>371.28</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>57.48</b>	<b>52.41</b>	<b>161.92</b>	<b>1251.7</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
2 savaitė  
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su sėlenomis, paskaninta cinamonu (tausojantis)	4-10/1.	150/5/1	4.96	5.85	26.86	183.1
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4.16	5.04	0.12	58
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Žolelių arbata be cukraus	14-22/4	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			10.2	11.01	41.02	297.5

**Pietūs 11:45 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	1.94	10.84	70.86
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Orkaitėje keptas, sultingas, kapotas kiaulienos mėsos šnicelis (tausojantis)	11-1/1	80	16.99	13.42	4.59	205.63
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	75/8	0.83	7.71	2.83	82.4
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			25.54	26.52	53.32	544.15

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta pienoška dešrelė	01.1	100	14	24	0.9	274
Biri grikių košė su sviestu (tausojantis)	3-18/0	80/2	2.16	1.89	13.87	81.05
Pjaustytas agurkas	111.11	30	0.21	0	0.84	4.2
Kmynų arbata be cukraus	9/2	150	0.39	0.29	0.98	6.57
<b>Iš viso:</b>			16.76	26.18	16.59	365.83
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52.5</b>	<b>63.71</b>	<b>110.93</b>	<b>1207.48</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
2 savaitė  
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė gardinta pienu ir sviestu (tausojantis)	4-55/02	175/6	5.17	6.59	34.54	210.51
Traputis su lydyto sūrio užtepu	21.5.1	10/20	2.99	4.59	8.9	89.9
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	100	0.5	0.1	10.2	43.7
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8.66</b>	<b>11.28</b>	<b>53.64</b>	<b>344.11</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jvairiaspalvių daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	1-79/2	150	2.38	2.51	11.93	74.73
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Vištienos mėsos guliašas (tausojantis)	12-4/2.1.1	80/20	27.54	12.27	6.61	245.28
Perlinio kuskuso košė pagardinta sviestu (tausojantis)	3-53	65/2	2.28	1.8	12.63	102.37
Švž. morkų ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-22/1	70/3	0.58	1.38	7.86	44.66
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			<b>34.86</b>	<b>18.3</b>	<b>54.82</b>	<b>542.32</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės virtinukai (tausojantis)	6-18	120	19.76	9.78	28.01	280.4
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	20	0.48	6	0.62	58.6
Ramunėlių arbata be cukraus	14-3/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>20.24</b>	<b>15.78</b>	<b>28.63</b>	<b>339</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>63.75</b>	<b>45.36</b>	<b>137.08</b>	<b>1225.43</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė



4-6 M.  
2 savaitė  
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	98/2	50	6.15	5.85	0.35	78.5
Konservuoti žirneliai	2-28	20	0.98	0.04	3.16	12.8
Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu (ruginė duona)	104/17.2	30/5/15	6.4	8.63	15.67	167.2
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Juoda arbata su citrina be cukraus	14-1/2	145/4	0.04	0.01	0.34	1.06
<b>Iš viso:</b>			<b>15.01</b>	<b>14.89</b>	<b>47.24</b>	<b>375.96</b>

**Pietūs 11:45 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	2.48	21.3	124.68
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Konvekciniėje krosnyje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-2	70	15.91	9.22	0.26	147.11
Orkaiteje keptos bulvės (tausojantis)	4-95	100	2.53	2.63	24.79	126.96
Pekino kopūstų, pomidorų, švž. agurkų salotos su aliejaus užpilu	2-10	65/8	0.75	3.49	4.22	48.22
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
<b>Iš viso:</b>			<b>26.63</b>	<b>18.16</b>	<b>68.19</b>	<b>529.79</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Amerikietiški blynėliai	5-5/5	100	7.34	12.41	38.01	297.02
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	100	2.9	2.5	4.7	53
<b>Iš viso:</b>			<b>10.49</b>	<b>15.01</b>	<b>48.33</b>	<b>372.94</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52.13</b>	<b>48.06</b>	<b>163.76</b>	<b>1278.69</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
2 savaitė  
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška tiršta ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-52	195/6	5.91	7.74	40.54	255.71
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	80	0.96	0.24	18.48	77.6
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7.11</b>	<b>8.08</b>	<b>64.63</b>	<b>356.23</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	1-61	150	1.46	2.04	9.76	61.01
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Žuvies maltinukas (lydeka) su morkomis ir sūriu keptas orkaitėje (tausojantis)	18/5	65/16/5	14.38	8.57	9.67	176.01
Biri kuskuso košė su aliejumi (tausojantis)	4-16	80/1	2.85	1.11	15.83	117.78
Virtų burokėlių ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu	2-31/1	65/9	1.06	3.63	8.31	67.21
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
<b>Iš viso:</b>			<b>21.97</b>	<b>15.7</b>	<b>61.51</b>	<b>506.1</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	5-3.	150/15	10.79	5.43	32.77	229.5
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	200	5.8	5	9.4	106
<b>Iš viso:</b>			<b>16.59</b>	<b>10.43</b>	<b>42.17</b>	<b>335.5</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45.66</b>	<b>34.22</b>	<b>168.31</b>	<b>1197.83</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
3 savaitė  
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų košė su sviestu ir linų sėmenimis (tausojantis)	41	190/5/7	8.18	7.61	29.94	217.73
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4.16	5.04	0.12	58
Kivis (arba kitas sezoninis vaisius)	16-16	120	0.96	1	8.51	62.52
Kmynų arbata be cukraus	14-4/2	200	0.02	0.01	0.05	0.33
<b>Iš viso:</b>			<b>13.32</b>	<b>13.66</b>	<b>38.62</b>	<b>338.58</b>

**Pietūs 11:45 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 be bulvių (tausojantis)	01-03/1	150	3.27	2.75	16.6	103.64
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Troškinta kiaulienos mėsa su daržovėmis (morka, svogūnas, bulvės)(tausojantis)	12-81	55/90	10.83	15.55	18.97	198.81
Biri kuskuso košė su aliejumi (tausojantis)	4-16	80/1	2.85	1.11	15.83	117.78
Rauginti agurkai	18.2	50	1.4	0	0.65	9.5
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			<b>20.41</b>	<b>19.74</b>	<b>67.83</b>	<b>505</b>

**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 ometas su fermentiniu sūriu (tausojantis)	7-5/5	110/11	13.76	19.13	2.48	236.79
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	16-2/3	20/4	1.48	3.29	11.1	80.76
Švž. pomidorai	2-54	30	0.3	0.12	1.74	8.1
Ramunėlių arbata be cukraus	14-3/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>15.53</b>	<b>22.53</b>	<b>15.32</b>	<b>325.65</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49.27</b>	<b>55.94</b>	<b>121.77</b>	<b>1169.23</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
3 savaitė  
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	8/3	150/5	5.87	5.61	32.7	204.74
Saldintas jogurtas	13-22/6.1	125	4.22	3.91	23.29	145.31
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10.1</b>	<b>9.52</b>	<b>55.99</b>	<b>350.05</b>

**Pietūs 11:45 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	2.82	15.33	93.75
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Grietinė lėje troškinta vištiena su morkomis (tausojantis)	8.14-0	110	21.42	9.71	3.49	153.2
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	65/16	0.93	4.83	3.07	58.61
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
<b>Iš viso:</b>			<b>29.66</b>	<b>18</b>	<b>61.12</b>	<b>486.19</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kietųjų kviečių makaronų sriuba su sviestu (tausojantis)	1-75/1	145/3	5.36	4.88	15.75	129.18
Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu (ruginė duona)	104/17.2	30/5/15	6.4	8.63	15.67	167.2
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	80	0.32	0	7.92	32
<b>Iš viso:</b>			<b>12.08</b>	<b>13.51</b>	<b>39.34</b>	<b>328.38</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51.84</b>	<b>41.04</b>	<b>156.45</b>	<b>1164.62</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
3 savaitė  
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-01/01	175/6	4.74	5.72	29.72	181.68
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>6.42</b>	<b>6.19</b>	<b>63.05</b>	<b>321</b>

**Pietūs 11:45 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	2.19	9.33	60.72
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Jautienos mėsa troškinta pomidorų padaže (tausojantis)	11-2	80/40	21.49	9.65	4.98	193.01
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	80	3.07	0.42	19.8	95.1
Morkų ir žirnelių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-85	50/4	0.66	3.69	5.53	55.87
Švž. paprikų lazdelės	33-15/1.	50	0.45	0.1	3.35	14
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			<b>29.23</b>	<b>16.39</b>	<b>58.78</b>	<b>493.97</b>

**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 kalakutienos mėsos blynai "Žemaičiai"	10-9	120	10.01	13.37	30.46	273.12
Grietinės ir sviesto padažas	13-25	20	0.41	6.57	0.53	63.01
Juoda arbata su citrina be cukraus	14-1/2	195/5	0.05	0.01	0.45	1.41
<b>Iš viso:</b>			<b>10.47</b>	<b>19.95</b>	<b>31.44</b>	<b>337.54</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46.12</b>	<b>42.53</b>	<b>153.28</b>	<b>1152.52</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
3 savaitė  
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ekologiškų grikių kruopų košė su pienu ir sviestu (tausojantis)	33-333	195/6	7.46	8.08	36	246.45
Trapučiai (kukurūzų arba grikių arba ryžių)	25.1	20	1.42	0.22	15.8	73
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	80	0.72	0.08	9.36	37.6
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			9.6	8.38	61.16	357.05

**Pietūs 11:45 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	3.51	2.02	16.47	94.72
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Kalakutienos mėsos plokštainis	30/3	80	13.04	4.04	4.66	106.27
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	85/3	2.32	3.11	19.27	110
Švž. agurkų ir pomidorų salotos su grietine 30%rieb.	2-14	70/17	0.98	5.14	3.26	62.28
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			21.92	14.64	59.45	448.55

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir bananų apkepas	68-1/2	120	14.95	8.99	19.74	220.89
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	25	0.6	7.5	0.78	73.25
Ramunėlių arbata be cukraus	14-3/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			15.79	16.6	26.13	317.06
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47.32</b>	<b>39.62</b>	<b>146.74</b>	<b>1122.65</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

4-6 M.  
3 savaitė  
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška tiršta manų kruopų košė paskaninta sviestu (tausojantis)	4-10/3	195/6	5.72	7.12	34.39	228.61
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	100	0.7	0.4	17.6	76.8
Kmynų arbata be cukraus	9/2	200	0.52	0.38	1.31	8.76
<b>Iš viso:</b>			<b>7.1</b>	<b>7.98</b>	<b>57.05</b>	<b>329.45</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	17/56.1	150	3.17	1.32	17	88.21
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Orkaitėje keptas žuvies (lydekos) maltinis (tausojantis)	18/8	80	16.95	6.27	4.26	143.9
Biri ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-16/2	75/3	1.46	2.32	14.76	85.88
Virtų burokėlių salotos su aliejaus ir citrinos sulčių užpilu (augalinis)	2002/2/3	60/6	1.09	2.54	7.2	53.5
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			<b>24.73</b>	<b>12.79</b>	<b>59</b>	<b>446.77</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	98/2	75	9.22	8.78	0.53	117.75
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	16-2/3	30/5	2.07	4.6	15.55	113.06
Konservuoti žirneliai	2-28	20	0.98	0.04	3.16	12.8
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	80	0.96	0.24	18.48	77.6
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>13.23</b>	<b>13.66</b>	<b>37.71</b>	<b>321.21</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45.07</b>	<b>34.42</b>	<b>153.76</b>	<b>1097.42</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė