1-3 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	angliavan-deniai, g	
Avižinių dribsnių košė su pienu ir sviestu (tausojantis)	1-1/2	150/5	5.35	7.11	22.03	170.07
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			10.87	11.15	34.03	276.07

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Trinta moliūgų ir lęšių sriuba su grietinėle (tausojantis)	1-98/1	100	3.6	3.53	13.19	95.82
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Sultingi vištienos kukuliai grietinėlės padaže (tausojantis)	9-40/2	70/11	15.8	17.21	2.26	227.74
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	50/5	0.4	5.02	1.45	51.42
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			23.55	29.22	46.04	535.58

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	15/2.13	130	15.95	16.37	14.96	277.55
Natūralus jogurtas	16-26	20	0.88	0.78	0.94	14.4
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			16.99	17.22	19.64	307.23
Iš viso (dienos davinio):			**51.41**	**57.59**	**99.72**	**1118.88**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
1 savaitė
Antradienis

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	angliavan-deniai, g	
Pieniška sorų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	69/1	145/5	4.5	5.71	22.21	153.09
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	80	0.96	0.24	18.48	77.6
Kakava su pienu	12-1/5	150	3.25	2.88	5.53	61.11
Iš viso:			8.88	8.9	49.96	307.08

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Trinta kreminė morkų sriuba su raudonaisiais lęšiais (tausojantis/augalinis)	226/3/2	100	3.94	1.7	12.66	78.58
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Perlinių kruopų troskinys 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	50/3	0.71	3.01	2.7	40.15
Stalo vanduo su apelsinais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			16.93	10.74	44.76	342.62

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Orkaitėje keptas omletas (tausojantis)	7-2/5	90	7.71	10.37	2.29	142.8
Duona pertepta sviestu	16-2/3.1	17/3	1.5	3.36	8.58	69.54
Konservuoti žirneliai	2-28	20	0.98	0.04	3.16	12.8
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Kmynų arbata be cukraus	9/2	150	0.39	0.29	0.98	6.57
Iš viso:			15.63	18.1	15.13	289.71
Iš viso (dienos davinio):			**41.43**	**37.73**	**109.86**	**939.41**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
1 savaitė
Trečiadienis

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	angliavan-deniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė gardinta pienu ir sviestu (tausojantis)	4-55/02	150/5	4.45	5.68	29.74	181.27
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Sezoninis vaisius (braškės, šilauogės)	16-12.	80	0.4	0.24	9	35.6
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			5.01	5.99	42.48	232.15

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Skaidri kietųjų kviečių makaronų sriuba su vištiena (tausojantis)	1-03/5	95/7	2.64	2.13	8.21	61.54
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Konvekcinėje krosnyje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-2	60	13.64	7.89	0.22	126.27
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	50/5	0.49	2.12	4.16	36.34
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
Iš viso:			21.02	14.57	38.96	403.28

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Blynai iš kefyro ir miltų	5-21/3	130	7.41	9.14	36.04	260.69
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Natūralus jogurtas	16-26	50	2.2	1.95	2.35	36
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			9.77	11.16	42.13	311.97
Iš viso (dienos davinio):			**35.8**	**31.72**	**123.57**	**947.4**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
1 savaitė
Ketvirtadienis

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	angliavan-deniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė su keptomis saulėgrąžomis ir sviestu (tausojantis)	8/2	150/4/4	6.23	6.87	26.68	193.25
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	80	0.4	0.08	8.16	34.96
Kmynų arbata be cukraus	9/2	150	0.39	0.29	0.98	6.57
Iš viso:			7.19	7.31	39.56	250.07

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Daržovių sriuba su brokoliais (tausojantis)(augalinis)	79/0.1	100	1.43	2.1	6.28	46.84
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Makaronai su "Bologneze" padažu	5-1/7.1	140	19.19	5.09	36.79	272.31
Švž. kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-39	50/3	0.75	3.56	2.52	44.78
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			22.69	10.96	54.56	409.5

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba pagardinta sviestu (tausojantis)	1-77.1/9	155	4.53	5.09	17.15	134.69
Mielinė cinamoninė bandelė	106/8	50	2.74	8.57	21.7	176.17
Vaisinė arbata	21	150	0	0	0	0
Iš viso:			7.28	13.66	38.85	310.85
Iš viso (dienos davinio):			**37.15**	**31.93**	**132.98**	**970.42**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
1 savaitė
Penktadienis

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	angliavan-deniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-333	140/5	5.5	5.56	28.76	186.92
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	80	0.32	0	7.92	32
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			8.81	10.15	45.58	308.82

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Trinta kukurūzinė sriuba su sūriu (tausojantis)	789.2	95/3	1.97	3.83	7.07	71.27
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Žuvies kukuliai troškinti pomidorų padaže (tausojantis)	8-51.1	80	12.23	5.14	6.38	123.67
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:			20.05	14.33	46.69	436.77

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Apkepti varškėčiai	6/8	65/35	14.16	10.91	26.45	264.92
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Natūralus jogurtas	13-22/6	20	0.88	0.78	0.94	14.4
Ramunėlių arbata be cukraus	14-3/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			15.2	11.77	31.13	294.6
Iš viso (dienos davinio):			**44.06**	**36.24**	**123.41**	**1040.2**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
2 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	angliavan-deniai, g	
Pieniška penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	41/2	150/5	5.87	5.95	22.97	166.29
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	80	0.96	0.24	18.48	77.6
Juodoji arbata be cukraus	14-55	150	0	0	0	0
Iš viso:			6.99	6.26	45.19	259.17

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	22	100	1.18	2.5	6.61	52.1
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	50	0.44	0.05	3.63	15.83
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			17.22	20.97	51.13	391.77

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	32	100	14.53	10.7	11.81	204
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Natūralus jogurtas	16-26	20	0.88	0.78	0.94	14.4
Žolelių arbata be cukraus	14-22/4	150	0	0	0	0
Iš viso:			15.57	11.55	16.49	233.68
Iš viso (dienos davinio):			**39.79**	**38.78**	**112.82**	**884.62**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
2 savaitė
Antradienis

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	angliavan-deniai, 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	5.04	4.04	0.12	58
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	100	0.9	0.1	11.7	47
Žolelių arbata be cukraus	14-22/4	150	0	0	0	0
Iš viso:			10.9	9.99	38.68	288.1

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Burokėlių sriuba su lęšiais (augalinis)(tausojantis)	1-40/2	100	2.22	2.45	7.23	57.65
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Kiaulienos kukuliai "Meat balls" (tausojantis)	04.14/25	100	12.91	6.51	9.12	146.89
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	75/3	2.06	2.77	17.13	97.78
Švž. agurkų ir kopūstų salotos su aliejumi	2-75/75	75/8	0.83	7.67	2.83	83.28
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			19.35	19.61	45.29	431.17

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Virta pieniška dešrelė	01.1	50	7	12	0.45	137
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
Iš viso:			9.76	14.18	16.14	228.83
Iš viso (dienos davinio):			**40**	**43.77**	**100.11**	**948.1**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
2 savaitė
Trečiadienis

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	angliavan-deniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė gardinta pienu ir sviestu (tausojantis)	4-55/02	150/5	4.45	5.68	29.74	181.27
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	70	0.35	0.07	7.14	30.59
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			7.79	10.34	45.78	301.76

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Įvairiaspalvių daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	1-79/2	100	1.59	3.21	7.95	63.66
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Orkaitėje keptas vištienos maltinis (tausojantis)	09.22/5	80	18.05	4.91	7.94	148.84
Perlinio kuskuso košė pagardinta sviestu (tausojantis)	3-53	65/2	2.28	1.8	12.63	102.37
Morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrinos sulčių-aliejaus užpilu (augalinis)	80.1	50/4/4	1.36	4.25	6.15	65.73
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			24.6	14.38	43.65	426.19

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės virtinukai (tausojantis)	6-18	100	14.79	7.78	21.66	219.67
Grietinė (30 % rieb.)	13-8	20	0.48	6	0.62	58.6
Ramunėlių arbata be cukraus	14-3/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			15.27	13.78	22.28	278.27
Iš viso (dienos davinio):			**47.66**	**38.49**	**111.71**	**1006.22**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
2 savaitė
Ketvirtadienis

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	angliavan-deniai, g	
Avižinių dribsnių košė su pienu ir sviestu (tausojantis)	1-1/2	95/3	3.45	4.59	14.22	109.72
Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu (ruginė duona)	104/17.2	18/3/9	3.84	5.18	9.4	100.32
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	100	1.2	0.3	23.1	97
Juoda arbata su citrina be cukraus	14-1/2	145/4	0.04	0.01	0.34	1.06
Iš viso:			8.53	10.08	47.06	308.1

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Baltųjų pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	71/0	100	3.51	3.15	14.2	96.59
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Kalakutienos filė guliašas	8.14-20	80	16.24	8.62	5.01	162.59
Troškinta bolivinė balanda su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	08.20/1	70	2.49	3.36	11.6	87.44
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:			24.28	18.13	45.01	438.31

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Amerikietiški blyneliai	5-5/5	80	5.87	9.84	30.41	237.62
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Pienas 2,5 % rieb.	14-60/0	100	2.9	2.5	4.7	53
Iš viso:			8.94	12.41	38.85	305.9
Iš viso (dienos davinio):			**41.75**	**40.62**	**130.92**	**1052.31**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
2 savaitė
Penktadienis

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	angliavan-deniai, g	
Pieniška tiršta ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-52	150/5	4.58	6	31.41	198.17
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	80	0.96	0.24	18.48	77.6
Juodoji arbata be cukraus	14-55	150	0	0	0	0
Iš viso:			5.7	6.31	53.64	291.05

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Daržovių sriuba su bolivine balanda ir mėsos kukulaičiais (tausojantis)	08-12/1	100	5.98	5.11	9.86	108.75
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Baltos žuvies (lydekos) gabaliukai troškinti grietinėlės padaže (tausojantis)	08-12.2	80	10.98	9.01	3.83	142.32
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 apelsinais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			21.72	20.5	51.64	474.26

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, 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	150	4.35	3.75	7.05	79.5
Iš viso:			15.14	9.18	39.82	309
Iš viso (dienos davinio):			**42.56**	**35.99**	**145.09**	**1074.32**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
3 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	angliavan-deniai, g	
Penkių grūdų košė su sviestu ir linų sėmenimis (tausojantis)	41	145/4/5	6.34	5.9	23.21	168.74
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Kivis (arba kitas sezoninis vaisius)	16-16	80	0.64	0.66	5.67	41.68
Kmynų arbata be cukraus	14-4/2	150	0.01	0.01	0.04	0.25
Iš viso:			12.04	10.61	29.04	268.67

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-01/2	100	1.22	4.77	7.86	78.88
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	60	10.72	12.5	6.64	157.15
Biri kuskuso košė su aliejumi (tausojantis)	4-16	70/1	2.49	0.97	13.85	103.05
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
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			16.26	23.17	39.67	436.58

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Orkaitėje keptas omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis)	7-5/5	90/9	11.46	14.63	2.06	197.44
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
Iš viso:			13.24	18.03	14.91	286.3
Iš viso (dienos davinio):			**41.54**	**51.81**	**83.62**	**991.55**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
3 savaitė
Antradienis

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	angliavan-deniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	8/3	115/4	4.55	4.34	25.32	158.51
Saldintas jogurtas	13-22/6.1	125	4.22	3.91	23.29	145.31
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			8.77	8.26	48.6	303.82

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Įvairiaspalvių daržovių sriuba su pupelėmis "Minestrone" (tausojantis)	1-11	100	2.02	3.61	10.22	78.12
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	80	19.55	6.91	6.49	167.58
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	70	1.85	0.26	18.92	85.58
Švž. agurkų ir pomidorų salotos su grietinė 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:			25.55	14.62	48.74	428.36

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Pieniška kietųjų kviečių makaronų sriuba su sviestu (tausojantis)	1-75/1	100/2	3.57	3.26	10.5	86.12
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
Iš viso:			10.29	11.89	34.09	285.32
Iš viso (dienos davinio):			**44.61**	**34.76**	**131.44**	**1017.49**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
3 savaitė
Trečiadienis

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	angliavan-deniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-01/01	150/5	4.08	4.93	25.59	156.45
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
Juodoji arbata be cukraus	14-55	150	0	0	0	0
Iš viso:			5.44	5.3	52.44	268.73

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-68	100	1.01	2.16	6.22	46.78
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Jautienos befstrogenas (tausojantis)	11-17/2	60/30	16.13	10.05	4.61	173.82
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 aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-85	50/4	0.66	3.69	5.53	55.87
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			20.42	18.43	33.37	378.63

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Mieliniai blynai	13/2	90	6.36	5.44	36.62	224.71
Trintų uogų ir jogurto padažas	21.25.2	20	0.49	0.43	3.67	20.19
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Juoda arbata su citrina be cukraus	14-1/2	145/4	0.04	0.01	0.34	1.06
Iš viso:			11.93	9.92	40.76	303.97
Iš viso (dienos davinio):			**37.79**	**33.65**	**126.57**	**951.33**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
3 savaitė
Ketvirtadienis

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	angliavan-deniai, g	
Biri grikių košė su sviestu (tausojantis)	3-18/0	150/4	4.19	3.67	26.87	157.04
Trapučiai (kukurūzų arba grikių arba ryžių)	25.1	10	0.71	0.11	7.9	36.5
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	80	0.72	0.08	9.36	37.6
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			5.62	3.86	44.13	231.14

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	10/3	100	2.35	2.57	11	74.11
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Troškinta kalakutiena su daržovių padažu (tausojantis)	10-20	30/50	8.29	7.36	9.8	137.3
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:			15.58	13.91	47.27	406.82

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės ir obuolių apkepas	6-28/3.	100	12.17	7.73	14.78	180.19
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Grietinė (30 % rieb.)	13-8	20	0.48	6	0.62	58.6
Ramunėlių arbata be cukraus	14-3/2	150	0	0	0	0
Iš viso:			12.81	13.8	19.14	254.07
Iš viso (dienos davinio):			**34**	**31.57**	**110.55**	**892.03**

Dietistė
Eglė Saulevičienė

1-3 M.
3 savaitė
Penktadienis

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	angliavan-deniai, g	
Pieniška tiršta manų kruopų košė paskaninta sviestu (tausojantis)	4-10/3	150/5	4.43	5.52	26.65	177.17
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	150	0.39	0.29	0.98	6.57
Iš viso:			5.69	6.28	48.98	275.82

Pietūs 11:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Trinta kreminė žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	16.58.7	100	2.75	1.91	10	63.86
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Orkaitėje keptas žuvies (lydekos) maltinis (tausojantis)	18/8	80	16.95	7.54	4.26	156.19
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.	50/5	0.47	2.66	1.65	30.94
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			23.29	13.91	39.95	378.36

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Orkaitėje keptas omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis)	7-5/5	75/7	9.17	11.7	1.65	157.96
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	16-2/3	20/4	1.48	3.29	11.1	80.76
Konservuoti žirneliai	2-28	20	0.98	0.04	3.16	12.8
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Juodoji arbata be cukraus	14-55	150	0	0	0	0
Iš viso:			16.67	19.07	16.04	309.51
Iš viso (dienos davinio):			**45.64**	**39.26**	**104.96**	**963.69**

Dietistė
Eglė Saulevičienė