

1-3 M.  
1 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	
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	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	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			9.99	12.15	34.03	276.07

**Pietūs 11:45 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)	17/2	100	1.32	1.93	10.61	64.55
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Keptas su garais kalakutienos maltinis (be kiaušinio) (tausojantis)	10-0	60	15.4	6.5	3.95	136.8
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	70	2.68	0.37	17.33	83.21
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>			21.61	10.2	50.55	378.49

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių suflė (tausojantis)	6-3.	90/60	18.86	4.39	29.28	232.79
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
<b>Iš viso:</b>			19.9	5.25	33.96	262.47
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51.5</b>	<b>27.6</b>	<b>118.54</b>	<b>917.03</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	80	0.96	0.24	18.48	77.6
Kakava su pienu	12-1/5	150	3.83	3.37	6.45	71.57
<b>Iš viso:</b>			<b>9.88</b>	<b>9.35</b>	<b>53.52</b>	<b>328.74</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	100	4.38	1.77	15.43	88.05
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Plikytų ryžių plovos su vištiena (tausojantis)	9-30/4	100/50	13.22	6.8	27.86	224.89
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>20.03</b>	<b>13.79</b>	<b>59.19</b>	<b>431.88</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	90	7.71	11.42	2.29	142.8
Duona pertepa sviestu	16-2/3.1	20/4	1.88	4.2	10.72	86.93
Konservuoti žirneliai	2-28	20	0.98	0.04	3.16	12.8
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>16.46</b>	<b>20.83</b>	<b>23.03</b>	<b>339.1</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46.38</b>	<b>43.96</b>	<b>135.74</b>	<b>1099.72</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	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
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	80	0.72	0.08	9.36	37.6
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			5.33	5.83	42.84	234.15

**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	100	1.3	2.34	9.74	64.32
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Konvekinėje krosnyje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-2	60	13.64	7.9	0.22	126.09
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>			21.01	14.84	44.4	425.3

**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	100	5.7	7.14	27.72	200.53
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
Čiobrelėlių arbata be cukraus	14-5/2	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			8.06	9.16	33.81	251.81
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>34.4</b>	<b>29.82</b>	<b>121.05</b>	<b>911.27</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 M.  
1 savaitė  
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išseiga (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	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
<b>Iš viso:</b>			<b>7.19</b>	<b>7.31</b>	<b>39.56</b>	<b>250.07</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išseiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su brokoliais (tausojantis)(augalinis)	79/0.1	100	1.43	2.11	6.28	46.61
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Orkaitėje keptas kiaulienos ir jautienos maltinis (tausojantis)	4/5	60	12.67	5.19	2.62	108.11
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	5-4/5	80	3.24	0.62	16.36	87.17
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>			<b>19.67</b>	<b>11.73</b>	<b>40.44</b>	<b>346.04</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išseiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška tiršta ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-52	75/3	2.36	3.09	16.21	102.28
Mielinė cinamoninė bandelė	106/8	50	2.78	8.17	22	173.92
Vaisinė arbata	21	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>5.14</b>	<b>11.26</b>	<b>38.22</b>	<b>276.2</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>32</b>	<b>30.3</b>	<b>118.23</b>	<b>872.3</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 M.  
1 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	
Kietųjų kviečių makaronai su sviestu (tausojantis)	4-27/7	150/4	7.28	3.58	32.91	194.96
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
<b>Iš viso:</b>			<b>10.59</b>	<b>8.17</b>	<b>49.73</b>	<b>316.86</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	100	3.51	1.65	14.2	83.12
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Orkaitėje keptas žuvies (lašišos ir lydekos) maltinis (tausojantis)	19-1/1.	60	12.19	7.64	4.5	135.65
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>20.62</b>	<b>13.41</b>	<b>55.7</b>	<b>415.3</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 miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	1-87	60/90	4.09	2.43	14.43	93.31
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>10.73</b>	<b>11.33</b>	<b>30.43</b>	<b>265.61</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41.93</b>	<b>32.91</b>	<b>135.86</b>	<b>997.77</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	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
<b>Iš viso:</b>			<b>6.99</b>	<b>6.26</b>	<b>45.19</b>	<b>259.17</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	100	1.18	1.27	6.61	41.08
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Plikytų ryžių plovos 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	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
<b>Iš viso:</b>			<b>20.7</b>	<b>25.22</b>	<b>62.59</b>	<b>471.59</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	100	15.69	10.81	11.81	208.24
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
<b>Iš viso:</b>			<b>16.74</b>	<b>11.66</b>	<b>16.49</b>	<b>237.92</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>44.43</b>	<b>43.14</b>	<b>124.27</b>	<b>968.68</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 M.  
2 savaitė  
Antradienis

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	
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	100	0.9	0.1	11.7	47
Žolelių arbata be cukraus	14-22/4	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			10.02	10.99	38.68	288.1

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su lęšiais (augalinis)(tausojantis)	1-40/2	100	2.22	1.3	7.23	47.24
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Orkaitėje keptas, sultingas, kapotas kiaulienos mėsos šnicelis (tausojantis)	11-1/1	60	12.75	10.06	3.44	154.22
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	70/3	1.93	2.6	16.06	91.67
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>			19.11	21.89	40.15	425.89

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta pienoška 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
<b>Iš viso:</b>			9.76	14.18	16.14	228.83
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38.89</b>	<b>47.06</b>	<b>94.97</b>	<b>942.82</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	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
<b>Iš viso:</b>			<b>7.79</b>	<b>10.34</b>	<b>45.78</b>	<b>301.76</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	100	1.59	1.67	7.95	49.82
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Vištienos mėsos guliašas (tausojantis)	12-4/2.1.1	65/16	22.03	9.82	5.29	196.22
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>27.87</b>	<b>14.9</b>	<b>44.32</b>	<b>443.46</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	100	16.47	8.15	23.34	233.66
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
<b>Iš viso:</b>			<b>16.95</b>	<b>14.15</b>	<b>23.96</b>	<b>292.26</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52.61</b>	<b>39.39</b>	<b>114.06</b>	<b>1037.48</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė



1-3 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	80	0.96	0.24	18.48	77.6
Juoda arbata su citrina be cukraus	14-1/2	145/4	0.04	0.01	0.34	1.06
<b>Iš viso:</b>			<b>14.53</b>	<b>14.77</b>	<b>38</b>	<b>337.16</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	100	3.51	1.65	14.2	83.12
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Konvekciniėje krosnyje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-2	70	15.91	9.22	0.26	147.11
Orkaiteje keptos bulvės (tausojantis)	4-95	80	2.02	2.1	19.83	101.57
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>23.69</b>	<b>16.69</b>	<b>50.93</b>	<b>437.94</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	80	5.87	9.92	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
<b>Iš viso:</b>			<b>8.94</b>	<b>12.5</b>	<b>38.85</b>	<b>305.9</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47.16</b>	<b>43.96</b>	<b>127.79</b>	<b>1081</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	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
<b>Iš viso:</b>			<b>5.7</b>	<b>6.31</b>	<b>53.64</b>	<b>291.05</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	1-61	100	0.97	1.36	6.51	40.67
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Žuvies maltinukas (lydeka) su morkomis ir sūriu keptas orkaitėje (tausojantis)	18/5	50/12/4	10.99	6.55	7.4	134.59
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>17.42</b>	<b>12.89</b>	<b>50.79</b>	<b>419.45</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	150	4.35	3.75	7.05	79.5
<b>Iš viso:</b>			<b>15.14</b>	<b>9.18</b>	<b>39.82</b>	<b>309</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38.25</b>	<b>28.38</b>	<b>144.24</b>	<b>1019.51</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	145/4/5	6.34	5.9	23.21	168.74
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4.16	5.04	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
<b>Iš viso:</b>			<b>11.16</b>	<b>11.61</b>	<b>29.04</b>	<b>268.67</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	100	2.18	1.84	11.07	69.1
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Troškinta kiaulienos mėsa su daržovėmis (morka, svogūnas, bulvės)(tausojantis)	12-81	40/65	7.74	11.11	13.55	142
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>15.55</b>	<b>14.27</b>	<b>51.67</b>	<b>388.75</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 su fermentiniu sūriu (tausojantis)	7-5/5	90/9	11.46	15.94	2.06	197.33
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>13.24</b>	<b>19.35</b>	<b>14.91</b>	<b>286.18</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39.94</b>	<b>45.23</b>	<b>95.62</b>	<b>943.6</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	150	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	100	2.02	1.88	10.22	62.5
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Grietinė lėje troškinta vištiena su morkomis (tausojantis)	8.14-0	80	15.58	7.06	2.54	111.42
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>22.13</b>	<b>14.31</b>	<b>49.86</b>	<b>388.26</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	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
<b>Iš viso:</b>			<b>10.29</b>	<b>11.89</b>	<b>34.09</b>	<b>285.32</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>42.52</b>	<b>35.72</b>	<b>139.94</b>	<b>1023.63</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	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
<b>Iš viso:</b>			<b>5.44</b>	<b>5.3</b>	<b>52.44</b>	<b>268.73</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	100	1.01	1.46	6.22	40.48
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Jautienos mėsa troškinta pomidorų padaže (tausojantis)	11-2	60/30	16.12	7.24	3.74	144.76
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	70	2.68	0.37	17.33	83.21
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.	30	0.27	0.06	2.01	8.4
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
<b>Iš viso:</b>			<b>22.12</b>	<b>13.04</b>	<b>45.41</b>	<b>383.09</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	145/4	0.04	0.01	0.34	1.06
<b>Iš viso:</b>			<b>10.46</b>	<b>19.95</b>	<b>31.33</b>	<b>337.19</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38.01</b>	<b>38.29</b>	<b>129.17</b>	<b>989.01</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 M.  
3 savaitė  
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (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	150/5	5.78	6.26	27.9	191
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
<b>Iš viso:</b>			<b>7.21</b>	<b>6.45</b>	<b>45.16</b>	<b>265.1</b>

**Pietūs 11:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	10/3	100	2.34	1.34	10.98	63.15
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
Kalakutienos mėsos plokštainis	30/3	60	9.78	3.03	3.5	79.71
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	70/3	1.93	2.6	16.06	91.67
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>			<b>16.43</b>	<b>12.33</b>	<b>44.38</b>	<b>347.17</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir bananų apkepas	68-1/2	100	12.46	7.49	16.45	184.08
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
<b>Iš viso:</b>			<b>13.1</b>	<b>13.57</b>	<b>20.81</b>	<b>257.96</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>36.74</b>	<b>32.35</b>	<b>110.36</b>	<b>870.22</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė

1-3 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	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
<b>Iš viso:</b>			5.69	6.28	48.98	275.82

**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	100	2.11	0.88	11.34	58.81
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.4	49.8
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	60/2	1.1	1.74	11.07	64.41
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>			22.63	11.66	44.44	370.99

**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	50	6.15	5.85	0.35	78.5
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
Juodoji arbata be cukraus	14-55	150	0	0	0	0
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	80	0.96	0.24	18.48	77.6
<b>Iš viso:</b>			10.16	10.73	37.54	281.96
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38.47</b>	<b>28.67</b>	<b>130.96</b>	<b>928.77</b>

Dietistė  
Eglė Saulevičienė