

11-...

1 savaitė

Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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	150	1.97	2.9	15.91	96.82
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2.04	0.33	15.6	74.7
Garuose virtas kalakutienos file maltinukas (tausojantis)	10-2/1.8	80	21.34	6.38	6.19	168.26
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	55/3	0.47	1.11	6.28	35.73
Švž. pomidorai	2-54	50	0.5	0.2	2.9	13.5
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			29.03	11.29	64.4	472.8

II pietų variantas 11:40 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
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Kmynų arbata be cukraus	9/2	200	0.52	0.38	1.31	8.76
Iš viso:			20.35	13.88	37.13	352.38

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas su garais kapotos kiaulienos sprandinės kepsnys (tausojantis)	12-0	100	20.26	15.79	3.96	236.88
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	55/3	0.47	1.11	6.28	35.73
Švž. pomidorai	2-54	50	0.5	0.2	2.9	13.5
Iš viso:			24.3	17.51	32.94	381.21

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

1 savaitė

Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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 plovas 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	55/5	0.75	5.43	2.52	60.59
Pjaustytas agurkas	111.11	40	0.28	0	1.12	5.6
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			25.68	16.6	78.16	552.23

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinis kukurūzų miltų apvaskale (tausojantis)	4/5/1	100	16.77	9.1	11.47	195.33
Švž. kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-95/1	55/5	0.75	5.43	2.52	60.59
Pilno grūdo makaronai (tausojantis)	4-7/9	80	4.05	0.78	20.46	108.98
Iš viso:			21.57	15.3	34.45	364.91

III pietų variantas 11:40 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	120	8.81	14.89	45.62	356.43
Grietinė (30 % rie.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
Iš viso:			9.86	24.03	54.03	474.89

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

1 savaitė

Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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
Konvekciniėje 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	55/5	1.01	2.34	6.64	49.38
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
Iš viso:			26.97	18.94	55.09	528.51

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su mėsos įdaru (tausojantis)	12-83/2	250	19.01	9.8	41.12	317.46
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Virtų burokėlių salotos su aliejaus ir citrinos sulčių užpilu (augalinis)	2002/2/3	55/5	1.01	2.34	6.64	49.38
Iš viso:			20.74	21.14	48.69	454.75

III pietų variantas 11:40 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	125/13	16.05	22.32	2.89	276.26
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	16-2/3	25/4	1.77	3.94	13.33	96.91
Pomidorų padažas	13-40	10	0.12	0.01	2.7	11.18
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	200	0	0	0	0
Iš viso:			17.94	26.28	18.92	384.35

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

1 savaitė

Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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	100	21.12	8.65	4.37	180.18
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	55/4	0.82	3.88	2.74	48.85
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
Iš viso:			29.58	16.68	50.76	470.38

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pikantiškas baltagūžių kopūstų apkepas su sūriu (tausojantis)	4-98	200	10.63	13.88	18.89	243.27
Grietinės ir sviesto padažas	13-25	30	0.61	9.85	0.79	94.52
Švž. pomidorai	2-54	40	0.4	0.16	2.32	10.8
Čiobrelių arbata	2	200	0	0	0	0
Iš viso:			11.64	23.89	22	348.59

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptos natūralios mėsos kiaulienos dešrelės (tausojantis)	12-37	100	13.9	17.39	0.2	212.91
Švž. kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-39	55/4	0.82	3.88	2.74	48.85
Morkų lazdelės (augalinis)	33	20	0.2	0.02	2.08	9
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	5-4/5	80	3.24	0.62	16.36	87.17
Iš viso:			18.16	21.91	21.39	357.93

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

1 savaitė

Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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
Orkaitėje keptas (lašišos ir menkės) maltinis (tausojantis)	19-1/1.1	60/40	20.56	12.04	7.51	219.23
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	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:			31	18.24	68.93	551.81

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
"Buffalo" vištienos mėsa kepta orkaitėje (tausojantis)	9-26/1	100	15.23	14.12	3.65	202.07
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
Iš viso:			18.76	18.01	30.07	348.23

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti varškėčiai	6/8	80/40	18.03	13.19	31.74	321.91
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Juoda arbata su citrina be cukraus	14-1/2	195/5	0.05	0.01	0.45	1.41
Iš viso:			19.12	22.35	40.6	441.78

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

2 savaitė

Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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 plovos su kiauliena	9-30/4.1	75/65	20.64	27.61	48.72	425.02
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:			25.22	29.94	80.5	588.08

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas vištienos kepsnys (tausojantis)	9-1/5	120	31.89	10.38	11.65	266.09
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	2-52.0	80	0.71	0.08	5.81	25.33
Biri ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-16/2	75/3	1.46	2.32	14.76	85.88
Iš viso:			34.07	12.78	32.22	377.3

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	32	140	21.97	15.14	16.53	291.54
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Kmynų arbata be cukraus	9/2	200	0.52	0.38	1.31	8.76
Iš viso:			23.54	24.66	26.26	418.76

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

2 savaitė

Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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	75/3	2.06	2.77	17.13	97.78
Švž. agurkų ir kopūstų salotos su aliejumi	2-75/75	75/8	0.83	7.71	2.83	82.4
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			25.28	26.18	51.18	531.93

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas vištienos vėrinukas (tausojantis)	9-18/8	120	27.77	6.71	4.64	187.19
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	7.71	2.83	82.4
Iš viso:			30.66	17.19	24.6	367.36

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronų, prieskoninių daržovių ir fermentinio sūrio apkepas (tausojantis)	5-31/8	150	11.04	9.12	34.85	269.67
Švž. agurkų ir kopūstų salotos su aliejumi	2-75/75	75/8	0.83	7.71	2.83	82.4
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
Iš viso:			11.87	16.83	37.68	352.07

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

2 savaitė

Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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	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
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
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:			35.38	18.72	57.73	565.95

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kibinas su kiaulienos mėsa	5-77/3	70/30	12.9	13.49	39.44	335.48
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
Iš viso:			13.48	14.87	47.3	380.15

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės virtinukai (tausojantis)	6-11	140	23.94	11.94	31.76	331.25
Grietinės ir sviesto padažas	13-25	30	0.61	9.85	0.79	94.52
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	200	0	0	0	0
Iš viso:			24.55	21.79	32.55	425.77

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

2 savaitė

Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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
Konvekinėje krosnyje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-2	100	22.74	13.17	0.37	210.16
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
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
Iš viso:			32.95	21.58	63.35	567.45

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balandėliai su kiaulienos mėsa ir grietine 30 %rieb. (tausojantis)	11/1	180/18	15.29	17.82	16.51	284.56
Orkaiteje keptos bulvės (tausojantis)	4-95	80	2.02	2.1	19.83	101.57
Švž. pomidorai	2-54	50	0.5	0.2	2.9	13.5
Iš viso:			17.81	20.12	39.24	399.63

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių suflė su vyšniomis (tausojantis)	6-31	80/45/15	16.18	3.76	25.12	198.52
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Kmynų arbata be cukraus	9/2	200	0.52	0.38	1.31	8.76
Iš viso:			17.75	13.29	34.85	325.74

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

2 savaitė

Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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
Orkaitėje kepti lašišos gabaliukai pagardinti citrinos sultimis (tausojantis)	87	80	20.77	16.21	0.71	229.44
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
Iš viso:			28.36	23.34	52.55	559.53

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos sprandinės kepsnys užkeptas daržovėmis ir sūriu (tausojantis)	12-16/7	100	15.45	24.76	5.56	228.91
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
Iš viso:			19.37	29.49	29.7	413.9

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su varškės įdaru (tausojantis)	12-83/2.1	180	9.06	4.29	26.04	174.5
Grietinės ir sviesto padažas	13-25	30	0.61	9.85	0.79	94.52
Švž. agurkų ir kopūstų salotos su aliejumi	2-75/75	70/7	0.73	6.81	2.5	72.7
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
Iš viso:			10.4	20.94	29.33	341.72

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

3 savaitė

Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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	75/125	15.47	22.21	27.1	284.01
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
Iš viso:			22.2	25.3	60.13	472.43

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su vištiena	5-25.1	160	21.02	13.14	40.12	369.79
2-ių rūšių daržovės (agurkai, pomidorai)	3.14-13	50	0.42	0.1	2.15	10.25
Iš viso:			21.44	13.24	42.27	380.04

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti varškėčiai	6/8	95/45	21.03	15.39	37.03	375.56
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
Iš viso:			22.08	24.53	45.44	494.02

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

3 savaitė

Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ivairiaspalvių 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
Grietinėėje troškinta vištiena su morkomis (tausojantis)	8.14-0	100	19.47	8.83	3.17	139.28
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
Iš viso:			27.72	17.12	60.8	472.27

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
"Netikras zuikis" jautienos kumpio ir kiaulienos sprandinės mėsos (tausojantis)	11-15/2.	100	19.47	18.39	8.32	233.5
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
Iš viso:			22.51	23.52	33	389.92

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	5-5	140	12.94	11.44	64.36	411.28
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Vaisinė arbata be cukraus	14-2/2	200	0	0	0	0
Iš viso:			13.98	20.58	72.78	529.74

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

3 savaitė

Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išveiga (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	70/30	17.91	8.04	4.15	160.84
Morkų ir žirnelių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-85	50/4	0.66	3.69	5.53	55.87
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	80	3.07	0.42	19.8	95.1
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Iš viso:			25.2	14.68	54.6	447.8

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išveiga (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	30	0.61	9.85	0.79	94.52
Morkų ir žirnelių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-85	50/4	0.66	3.69	5.53	55.87
Iš viso:			11.28	26.91	36.78	423.5

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išveiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lazanija su daržovėmis kepta orkaitėje (tausojantis)	5-18/1	160	17.33	7.6	75.64	437.44
Morkų ir žirnelių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-85	50/4	0.66	3.69	5.53	55.87
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			17.99	11.3	81.17	493.31

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

3 savaitė

Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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	100	16.31	5.05	5.83	132.84
Švž. agurkų ir pomidorų salotos su grietine 30% riebus.	2-14	65/16	0.93	4.83	3.07	58.61
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	75/3	2.06	2.77	17.13	97.78
Iš viso:			24.87	15	58.28	459.23

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietųjų kviečių makaronai su vištienos mėsa ir grietine (tausojantis)	46	85/50/25	13.83	18.11	22.68	261.11
Švž. agurkų ir pomidorų salotos su grietine 30% riebus.	2-14	70/17	0.98	5.14	3.26	62.28
Iš viso:			14.81	23.25	25.94	323.39

III pietų variantas 11:40 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	140	17.44	10.49	23.03	257.71
Grietinė (30 % riebus.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Juodoji arbata be cukraus	14-55	200	0	0	0	0
Iš viso:			18.16	19.49	23.96	345.61

Dietistė

Eglė Saulevičienė

11-...

3 savaitė

Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Evelina Solovjova

I pietų variantas 11:40 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
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.18	0.57
Virtų burokėlių salotos su aliejaus ir citrinos sulčių užpilu (augalinis)	2002/2/3	60/6	1.09	2.54	7.2	53.5
Iš viso:			24.73	12.79	59	446.77

II pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas su garais kapotos vištienos kepsnys (tausojantis)	9-9/2	100	25.32	9.4	6.43	207.7
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
Iš viso:			27.51	13.68	24.7	325.61

III pietų variantas 11:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynėliai su bananais, obuoliais ir cinamonu	5-20/0	100/60	7.3	8.35	45.37	287.77
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	30	0.72	9	0.93	87.9
Juoda arbata su citrina be cukraus	14-1/2	195/5	0.05	0.01	0.45	1.41
Iš viso:			8.08	17.37	46.75	377.09

Dietistė

Eglė Saulevičienė