



Tvirtinu: Direktorė Tereza Sotnik

2026-08-27

Kėdainių Senamiesčio progimnazija. Vilniaus g. 11, 57209, Kėdainių r. sav.

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ MOKAMO MAITINIMO VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11+

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Rudens - žiemos sezonas

Įstaigos darbo laikas:

Nuo 8.00 iki 17.00 val.

11-...
1 savaitė
Pirmadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-27	150	0.91	1.55	8.06	48.93
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			4.31	2.1	34.06	173.43

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Plykėtų ryžių plovos su vištų šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-30/4.1.1	215/105	28.19	14.5	59.43	479.76
Rauginti agurkai	18.2	60	1.68	0	0.78	11.4
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-2	100	0.83	0.07	4.75	21.5
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Iš viso:			31.39	14.7	78.55	570.54

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinis	4/5.5	120	23.59	12.26	5.24	227.44
Grietinė ir sviesto padažas (tausojantis)	13.4/9.1	40	0.78	16.73	1.01	158.08
Biri grikių košė su sviestu (tausojantis)	3-18/0	100/2	2.7	2.36	17.34	101.32
Rauginti agurkai	18.2	60	1.68	0	0.78	11.4
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-2	100	0.83	0.07	4.75	21.5
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Iš viso:			30.26	31.55	42.71	577.62

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
"Šokoladiniai" cukinijų keksiukai su su penkių grūdų dribsniais (tausojantis)(augalinis)	10.21.10.01	80	4.6	11.95	33.64	257.74
Rauginti agurkai	18.2	60	1.68	0	0.78	11.4
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-2	100	0.83	0.07	4.75	21.5
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Iš viso:			7.8	12.15	52.76	348.52
Iš viso (dienos davinio):			73.75	60.49	208.08	1670.11

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

11-...
1 savaitė
Antradienis




Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba (augalinis)	1-67	150	2.39	3.31	18.54	108.94
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			5.79	3.86	44.54	233.44

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptas su garais kalakutienos kepsnys (tausojantis)	10-1.7	120	34.8	9.58	5.91	252.48
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	100	2.65	0.38	27.02	122.25
Švž. kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-95/1	45/5	0.61	5.29	2.07	57.06
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai) (augalinis)	Darž.R-3	100	0.85	0.15	5.07	23.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Iš viso:			40.43	15.76	69.14	577.13

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grietinėleje troškinti menkės gabaliukai (tausojantis)	18/4.3	120	12.8	14.81	3.38	197.26
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	100	2.65	0.38	27.02	122.25
Švž. kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-95/1	45/5	0.61	5.29	2.07	57.06
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai) (augalinis)	Darž.R-3	100	0.85	0.15	5.07	23.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Iš viso:			18.43	21	66.61	521.91

Trečias pietų variantas 12:15 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	150	24.08	12.62	34.02	348.88
Grietinėlės ir sviesto padažas (tausojantis)	13.4/9.1	40	0.78	16.73	1.01	158.08
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Iš viso:			26.38	29.71	64.11	628.79
Iš viso (dienos davinio):			91.03	70.33	244.4	1961.27

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė



11-...
1 savaitė
Trečiadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)(augalinis)	93/2	150	1.56	3.23	12.37	81.19
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			4.96	3.78	38.37	205.69

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su veršiena ir daržovių padažu (be grietinėlės) (tausojantis)	11-1.8	140/45/55	19.05	10.76	45.6	353.87
Morkų salotos su česnakais ir majonezu	02/01.1.	70	0.8	2.87	7.26	56.24
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-4	100	0.85	0.1	4.6	21.33
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			22.06	14.26	94.85	585.29

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos mėsos guliašas (tausojantis)	12-4/2-	105/55	27.72	21.02	15.2	366.48
Biri kuskuso košė su aliejumi (tausojantis)	4-16	100/1	3.56	1.38	19.78	147.22
Morkų salotos su česnakais ir majonezu	02/01.1.	70	0.8	2.87	7.26	56.24
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-4	100	0.85	0.1	4.6	21.33
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			34.29	25.91	84.23	745.11

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mini pica Margarita (tausojantis).	10.21.31	120	14.11	13.91	40.27	347.25
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-4	100	0.85	0.1	4.6	21.33
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			16.32	14.54	82.26	522.43
Iš viso (dienos davinio):			77.64	58.49	299.72	2058.52

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

11-...
1 savaitė
Ketvirtadienis



[Signature]

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 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	3.04	21.3	129.73
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			8.67	3.59	47.3	254.23

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karališki balandėliai su kiaulienos mėsa su gamintu padažu (tausojantis)	25.03.20	115/25	12.9	11.89	7.29	188.62
Virtos bulvės paskanintos krapais (tausojantis)(augalinis)	58.1/2	100	2.17	0.11	21.35	89.95
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	2-40	80/2	0.63	2.22	3.25	37.32
Traškios daržovių lazdelės (paprika, agurkai, žiediniai kopūstai) (augalinis)	Darž.R-7	100	1	0.04	4.22	20.2
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			17.26	14.27	49.34	389.53

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Auksaspalvis vištienos file kepsnelis	10.21.02	120	30.09	5.91	20.98	251.16
Virtos bulvės paskanintos krapais (tausojantis)(augalinis)	58.1/2	100	2.17	0.11	21.35	89.95
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	2-40	80/2	0.63	2.22	3.25	37.32
Traškios daržovių lazdelės (paprika, agurkai, žiediniai kopūstai) (augalinis)	Darž.R-7	100	1	0.04	4.22	20.2
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			34.45	8.29	63.03	452.07

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Purūs blynai iš kefyro ir miltų (tausojantis)	10.21.18	150	8.66	8.68	42.14	286.77
Natūralus jogurtas	16-26	40	1.76	1.56	1.88	28.8
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			11.31	10.39	64.74	399.56
Iš viso (dienos davinio):			71.69	36.53	224.41	1495.39

Dietisto asistentė
Karina Polozovaite

[Signature]

11-...
1 savaitė
Penktadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	01-04	150	1.79	2.64	9.28	63.78
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			5.19	3.19	35.28	188.28

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas žuvis (lydekos) maltinis (tausojantis)	18/8	130	33.61	13.49	9.99	302.66
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	100	2.65	0.38	27.02	122.25
Virtų burokėlių, obuolių ir porų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu	2-31	55/7	0.86	2.84	6.57	52.97
Traškios daržovių lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) (augalinis)	Darž.R-5	100	0.8	0.12	4.18	19.4
Vanilinis sviesto ir grietinės padažas	13.4/9	40	0.77	18.22	1	171.35
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			40.09	35.41	61.27	727.22

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su vištų šlaunelių mėsos įdaru (tausojantis)	10.21.24	75/45	8.78	5.01	19.81	154.71
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	40	0.96	12	1.24	117.2
Traškios daržovių lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) (augalinis)	Darž.R-5	100	0.8	0.12	4.18	19.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			11.94	17.5	37.74	349.91

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
KK makaronų apkepas su varške (tausojantis)	6-3.1.01	110/11	16.5	18.74	14.02	296.69
Virtų burokėlių, obuolių ir porų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu	2-31	55/7	0.86	2.84	6.57	52.97
Traškios daržovių lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) (augalinis)	Darž.R-5	100	0.8	0.12	4.18	19.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			19.56	22.07	37.28	427.67
Iš viso (dienos davinio):			76.78	78.17	171.58	1693.08

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

11-...
2 savaitė
Pirmadienis



[Signature]

Virtinui: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir kvietinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	100/2	150	1.95	3.04	15.46	94.27
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			5.35	3.59	41.46	218.77

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sultingi vištų šlaunelių mėsos kukuliai grietinėlės padaže (tausojantis)	10.21.16	90/30	20.34	27.4	3.38	341.21
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	95/4	3.03	4.07	25.19	143.79
Virtų burokėlių ir obuolių salotos su aliejumi (be porų) (augalinis)	2-31/0.6	35/3	0.5	2.32	3.5	35.73
Traškos daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-2	100	0.83	0.07	4.75	21.5
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Iš viso:			25.6	34.38	72.41	692.1

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos befstrogenas (tausojantis)	11-17/2	80/40	21.5	13.6	5.99	232.95
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	95/4	3.03	4.07	25.19	143.79
Virtų burokėlių ir obuolių salotos su aliejumi (be porų) (augalinis)	2-31/0.6	35/3	0.5	2.32	3.5	35.73
Traškos daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-2	100	0.83	0.07	4.75	21.5
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Iš viso:			26.75	20.58	75.03	583.84

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Banany duona	1111	120	4.51	11.15	37.08	267.85
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Natūralus jogurtas	16-26	40	1.76	1.56	1.88	28.8
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Iš viso:			7.47	13.38	82.04	477.08
Iš viso (dienos davinio):			65.17	71.93	270.94	1971.8

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

[Signature]

11-...
2 savaitė
Antradienis



[Signature]

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 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	3.56	15.91	102.71
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			5.37	4.11	41.91	227.21

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas, sultingas, kapotas kiaulienos mėsos kepsnys (tausojantis)	11-1/1	120	19.94	36.77	6.89	315.37
Perlinio kuskuso košė. (tausojantis)	10.21.37	100	3.6	0.4	19.98	139.86
Pekino kopūstų, švž. agurkų, paprikų ir kukurūzų salotos su aliejaus - citrinų užpilu	2-1037.1	55/7	0.65	3.09	3.32	41.36
Traškos daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai) (augalinis)	Darž.R-3	100	0.85	0.15	5.07	23.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			25.6	40.42	48.49	573.53

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įdarytas vištienos kotletas „Kijevo“ kukurūzų dribsnių apvalkale keptas orkaitėje (tausojantis)	9-43/n	130	29.12	12.12	10.26	269.92
Perlinio kuskuso košė. (tausojantis)	10.21.37	100	3.6	0.4	19.98	139.86
Pekino kopūstų, švž. agurkų, paprikų ir kukurūzų salotos su aliejaus - citrinų užpilu	2-1037.1	55/7	0.65	3.09	3.32	41.36
Traškos daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai) (augalinis)	Darž.R-3	100	0.85	0.15	5.07	23.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			34.78	15.76	51.86	528.08

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su spalvotomis daržovėmis ir sūriu (tausojantis)	7-18	100	9.36	8.99	3.64	139.51
Agurkų ir pomidorų skiltelės (T)(A)	3.14-13	80	0.68	0.16	3.44	16.4
VG duona pertepta sviestu	16-2/3.1.01	45/7	2.95	6.57	22.21	161.51
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			13.56	15.73	42.52	370.86
Iš viso (dienos davinio):			79.31	76.02	184.78	1699.68

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

[Signature]

11-...
2 savaitė
Trečiadienis



Twirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	10/3/3	150	3.5	4.85	16.55	120.51
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			6.9	5.4	42.55	245.01

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kalakutienos mėsa su daržovėmis (bulvės, morkos, brokolis, žiedinis kopūstas) (tausojantis)	10-21/9	75/125	20.14	11.06	19.92	253.56
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	100	3.83	0.52	24.75	118.87
Rauginti agurkai	18.2	50	1.4	0	0.65	9.5
Traškios daržovių lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) (augalinis)	Darž.R-5	100	0.8	0.12	4.18	19.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			27.57	12.07	62.01	459.93

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas jūrinės lydekos maltas šnicelis (tausojantis)	8-25/6.1	120	24.61	9.42	6.99	216.89
Grietinėlės ir sviesto padažas (tausojantis)	13.4/9.1	40	0.78	16.73	1.01	158.08
Traškios daržovių lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) (augalinis)	Darž.R-5	100	0.8	0.12	4.18	19.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			27.59	26.64	24.69	452.97

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų, prieskoninių daržovių ir fermentinio sūrio apkepas (tausojantis)	5-31/9	200	15.31	14.02	50.67	391.48
Traškios daržovių lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) (augalinis)	Darž.R-5	100	0.8	0.12	4.18	19.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			17.51	14.51	67.36	469.48
Iš viso (dienos davinio):			79.57	58.62	196.6	1627.38

Dietisto asistentė
Karina Polozovaite

[Signature]

11-...
2 savaitė
Ketvirtadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų ir lęšių sriuba su grietinėle (tausojantis)	1-98/1	150	7.4	9.48	25.05	209.14
VG Skrebutis	10.21.04	50	5.88	1.18	27.76	150.59
Iš viso:			13.28	10.66	52.82	359.73

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos mėsa troškinta pomidorų padaže (tausojantis)	11-2	90/40	19.45	21.45	6.45	291.09
Virti kietųjų kviečių makaronai (tausojantis)	5-4/5.6	100	4.67	0.31	21.17	107.41
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	2-40/4	65/3	0.57	2.99	3.73	44.85
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-4	100	0.85	0.1	4.6	21.33
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			26.31	25.26	71.18	610.13

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kėdainių blynai (su kiauliena)	Bulv.-6	120	8.69	11.02	17.76	201.78
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-4	100	0.85	0.1	4.6	21.33
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	40	0.96	12	1.24	117.2
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			11.26	23.53	58.83	485.75

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	13/2	150	11.02	6.71	58.49	345.58
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Natūralus jogurtas	16-26	40	1.76	1.56	1.88	28.8
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4.35	3.75	7.05	79.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			18.01	12.17	88.13	537.88
Iš viso (dienos davinio):			68.86	71.62	270.96	1993.48

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

11-...
2 savaitė
Penktadienis



[Signature]
virtinui: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-01/2	150	1.83	7.15	11.79	118.32
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			5.23	7.7	37.79	242.82

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti lašišos gabaliukai pagardinti citrinos sultimis (tausojantis)	87	130	33.76	26.32	1.24	373.04
Žiedinių kopūstų ir bulvių košė (tausojantis)	3.1-10.1	95/7	1.59	6.56	9.62	101.91
ICEberg salotos su agurkais, pomidorais ir paprika pagardintos aliejaus ir žolelių užpilu (augalinis)	90.1/1.	35/3	0.33	3.14	1.55	34.43
Traškios daržovių lazdelės (paprika, agurkai, žiediniai kopūstai) (augalinis)	Darž.R-7	100	1	0.04	4.22	20.2
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			37.84	36.19	32.02	591.43

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos filė guliašas	8.14-20	160	32.48	17.23	10.03	325.18
Grietinėlės ir sviesto padažas (tausojantis)	13.4/9.1	40	0.78	16.73	1.01	158.08
Žiedinių kopūstų ir bulvių košė (tausojantis)	3.1-10.1	95/7	1.59	6.56	9.62	101.91
ICEberg salotos su agurkais, pomidorais ir paprika pagardintos aliejaus ir žolelių užpilu (augalinis)	90.1/1.	35/3	0.33	3.14	1.55	34.43
Traškios daržovių lazdelės (paprika, agurkai, žiediniai kopūstai) (augalinis)	Darž.R-7	100	1	0.04	4.22	20.2
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			37.35	43.83	41.82	701.64

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuolių pyragas	pyr.2 obuol	120	5.77	9.95	25.37	219.07
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Natūralus jogurtas	16-26	40	1.76	1.56	1.88	28.8
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4.35	3.75	7.05	79.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			13.37	15.53	57.17	419.76
Iš viso (dienos davinio):			93.79	103.26	168.8	1955.65

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

[Signature]

11-...
3 savaitė
Pirmadienis



Kvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 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 (tausojantis)	01-03	150	2.4	2.6	14.9	90.83
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			5.8	3.15	40.9	215.33

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kalakutienos mini kukulaičiai kepti orkaitėje su garais (tausojantis)	10-1	120	31.93	16.51	6.5	305.55
Apkeptos bulvių skiltelės gardintos rozmarinu (tausojantis) (augalinis)	3-31	100	2.22	2.33	21.86	112.08
Pekino kopūstų, švž. agurkų, morkų ir kons. kukurūzų salotos su aliejaus - citrinų užpilu	2-1034	55/7	0.71	3.13	3.66	43.89
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-2	100	0.83	0.07	4.75	21.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			37.1	22.4	49.28	541.62

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su "Bologneze" padažu	5-1/7.1	150	20.56	5.46	39.42	291.76
Pekino kopūstų, švž. agurkų, morkų ir kons. kukurūzų salotos su aliejaus - citrinų užpilu	2-1034	55/7	0.71	3.13	3.66	43.89
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-2	100	0.83	0.07	4.75	21.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			23.5	9.02	60.34	415.75

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepai (tausojantis)	15/2.13	150	18.4	18.88	17.26	320.25
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Natūralus jogurtas	16-26	40	1.76	1.56	1.88	28.8
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Nektarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	17.1	120	1.32	0.36	11.16	53.16
Iš viso:			21.88	20.95	39.13	438.21
Iš viso (dienos davinio):			88.29	55.52	189.65	1610.91

Dietisto asistentė
Karina Polozovaite

11-...
3 savaitė
Antradienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-68	150	1.46	3.23	8.9	68.48
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			4.86	3.78	34.9	192.98

Pirmas pietų variantas 12:05 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 mentės kepsnys (tausojantis)	12-0	150	33.9	22.64	3.31	360.09
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	100	3.83	0.52	24.75	118.87
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	2-40/4	55/3	0.49	2.56	3.2	38.45
Rauginti agurkai	18.2	50	1.4	0	0.65	9.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Iš viso:			41.15	26.1	60.97	648.74

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis su vištiena (Kugelis)	7.14-9.4	220	20	6.6	33.46	268.21
Rauginti agurkai	18.2	50	1.4	0	0.65	9.5
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	40	0.96	12	1.24	117.2
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Iš viso:			23.88	18.96	64.42	516.75

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių ir varškės "Kukulaičiai" (tausojantis)	4-96	130	8.29	4.36	30.12	184.82
Grietinė ir sviesto padažas (tausojantis)	13.4/9.1	40	0.78	16.73	1.01	158.08
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4.35	3.75	7.05	79.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Iš viso:			14.94	25.21	67.25	544.24
Iš viso (dienos davinio):			84.82	74.05	227.53	1902.71

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

11-...
3 savaitė
Trečiadienis



Patvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-86.6	150	2.34	9.09	19.24	166.81
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			5.74	9.64	45.24	291.31

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Guliasas su kiauliena (tausojantis)	12-4/2.2	100/35	22.88	15.37	10.25	270.41
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	95/4	3.03	4.07	25.19	143.79
Virtų burokėlių, marinuotų agurkų ir žirnelių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-31/9.1	45/4	0.93	1.68	5.29	37.46
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai) (augalinis)	Darž.R-3	100	0.85	0.15	5.07	23.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			28.85	21.39	61.18	537

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas žuvis (lašišos) maltinis (tausojantis)	18/22	120	30.59	22.69	10.8	369.86
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	95/4	3.03	4.07	25.19	143.79
Virtų burokėlių, marinuotų agurkų ir žirnelių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-31/9.1	45/4	0.93	1.68	5.29	37.46
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, pomidorai) (augalinis)	Darž.R-3	100	0.85	0.15	5.07	23.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			36.56	28.72	61.74	636.45

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti varškėčiai (atnaujintas)	6/8/1	105/35	20.04	14.49	27.58	325.63
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Natūralus jogurtas	16-26	40	1.76	1.56	1.88	28.8
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	120	1.08	0.12	14.04	56.4
Iš viso:			23.29	16.32	52.33	446.83
Iš viso (dienos davinio):			94.45	76.07	220.5	1911.59

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

[Signature]

11-...
3 savaitė
Ketvirtadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai. (tausojantis)(augalinis)	10.21.13	150	1.18	3.5	8.98	69.66
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			4.58	4.05	34.98	194.16

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta vištienos file su morkomis	80.9	100/30	24.11	8.66	4.91	192.85
Virti kietųjų kviečių makaronai (tausojantis)	5-4/5.6	100	4.67	0.31	21.17	107.41
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su aliejaus užpilu	2-10/7.	65/6	0.71	2.8	3.86	40.78
Traškios daržovių lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) (augalinis)	Darž.R-5	100	0.8	0.12	4.18	19.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Iš viso:			30.97	12.01	47.71	418.31

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptas su garais maltos kiaulienos šnicelis (tausojantis)	11-1	120	22.45	18.57	12.18	307.99
Virti kietųjų kviečių makaronai (tausojantis)	5-4/5.6	100	4.67	0.31	21.17	107.41
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su aliejaus užpilu	2-10/7.	65/6	0.71	2.8	3.86	40.78
Traškios daržovių lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) (augalinis)	Darž.R-5	100	0.8	0.12	4.18	19.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Iš viso:			29.31	21.92	54.98	533.45

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais (be kiaušinio, pieno)	5-5.8	150	11.55	8.77	61.55	370.56
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	50	1.2	15	1.55	146.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	120	0.6	0.12	12.24	52.44
Iš viso:			13.44	23.89	76.69	574.94
Iš viso (dienos davinio):			78.3	61.88	214.36	1720.86

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė

11-...
3 savaitė
Penktadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Teresa Sotnik

Pirmas sriubos variantas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įvairiaspalvių daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	1-79/2	150	2.38	4.82	11.93	95.49
Viso grūdo ruginė duona	16-1	50	3.4	0.55	26	124.5
Iš viso:			5.78	5.37	37.93	219.99

Pirmas pietų variantas 12:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltos žuvies (menkės) gabaliukai troškinti grietinėlės padaže (tausojantis)	08-12.2	130	18.33	13.28	6.22	217.66
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	100	2.65	0.38	27.02	122.25
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	65.1/1	40/3	0.47	2.52	2.6	34.56
Traškios daržovių lazdelės (morkos, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-6	100	0.97	0.13	7.52	32.44
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			23.17	16.72	78.6	552.35

Antras pietų variantas 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta vištienos šlaunelių mėsa su morkomis, porais ir grietinėle (tausojantis)	9-2/2	140	21.01	20.63	4.44	286.53
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	100	2.65	0.38	27.02	122.25
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	65.1/1	45/3	0.58	3.15	3.24	43.2
Traškios daržovių lazdelės (morkos, paprikos, gūžinės salotos) (augalinis)	Darž.R-6	100	0.97	0.13	7.52	32.44
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			25.97	24.7	77.46	629.86

Trečias pietų variantas 12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir bananų kukuliukai (tausojantis)	07.08/7	150	16.69	9.45	36.74	298.34
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	40	0.32	0.14	7.48	30.56
Natūralus jogurtas	16-26	40	1.76	1.56	1.88	28.8
Obuolių sultys	14-51	200	0.2	0.4	22	92
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	200	0.08	0.01	1.35	5.44
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	120	0.48	0	11.88	48
Iš viso:			19.54	11.56	81.33	503.14
Iš viso (dienos davinio):			74.47	58.35	275.32	1905.34

Dietisto asistentė
Karina Polozovaitė