

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

**UKMERGĖS RAJONO
DELTUVOS PAGRINDINĖ MOKYKLA**

Vytauto g. 36, Deltuva, Ukmergės raj.

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

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

11 METŲ IR VYRESNI
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

ĮSTAIGOS DARBO LAIKAS

Nuo _____ val. iki _____ val.



1sav/1d

PRIESPĖČIAI 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kr.košė (tausojantis)	97A	130g	7,40	3,09	30,09	175,54
Uogienė	19P	20g	0,06	0,00	14,18	54,20
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,46	3,09	44,27	229,74

Vaisiai

250g

1,9

0,75

34,85

140,00

SRIUBOS 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	11Sr	250/10/10g	4,08	9,49	16,45	162,17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,04	10,13	33,51	248,25

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	11Sr	150/6/6g	2,45	5,69	9,87	97,30
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,41	6,33	26,93	183,38

PIETŪS 11:40

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (jūros lydeka) (tausojantis)	38A	100g	19,35	7,99	5,40	173,69
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Čiulėlių salotos, ž.žimeliai, mar.agurkai, svogūnai, aliejaus padažas (augalinis)	20S	150g	3,80	14,21	13,74	183,29
Kefyras 2,5%		200g	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			32,09	27,33	48,08	562,18

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lašišos medalionų apkepas (tausojantis)	40A	100g	22,37	22,33	6,59	310,04
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Brokolių salotos su džiovintomis spanguolėmis, pomidorais, r.svogūnais, aliejaus padažu (augalinis)	50S	150g	3,30	15,21	10,52	175,07
Iš viso:			28,01	41,36	33,58	593,64



Direktorė
Atbina Gudaitienė



3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinių, moliūgų, morkų, avinžirnių troškiny (augalinis, tausojantis)	2AA	300g	12,66	11,85	64,86	428,10
Daržovių padažas (augalinis)	15S	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Agurkai (šaltuoju sezonu metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			15,70	22,27	76,78	582,20

* galima keisti įvairius gamyru ir salatų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



1sav/2d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė (tausojantis)	111A	130g	5,10	4,89	21,80	149,24
Banany desertas su jogurtu	3D	80/20g	1,56	0,39	19,70	85,00
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,66	5,28	41,50	234,24

Vaisiai		250g	1,9	0,75	34,85	140,00
---------	--	------	-----	------	-------	--------

SRIUBOS 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	1Sr	250g	2,36	5,24	17,79	120,82
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,32	5,88	34,85	206,90

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	1Sr	150g	1,41	3,14	10,67	72,49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,37	3,78	27,73	158,57

PIETŪS 11:40

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	100g	21,23	12,55	9,51	235,04
Biri sorų kruopų košė (tausojantis)	4Gar	100g	4,33	5,19	28,09	177,93
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažas (augalinis)	35S	150g	1,35	14,33	5,49	148,31
Iš viso:			26,91	32,07	43,09	561,28

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštienos file (tausojantis)	29A	100/40g	28,16	12,77	6,89	249,97
Biri sorų kruopų košė (tausojantis)	4Gar	100g	4,33	5,19	28,09	177,93
Morkų-obuolių salotos su migdolų riešutais, aliejaus padažu (augalinis)	12S	120g	3,28	18,24	12,24	217,40
Iš viso:			35,77	36,20	47,22	645,30


 Direktorė
 Albinė Gudaitienė

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir nešlifuoatų ryžių apkepas (tausojantis)	87A	250g	36,23	27,80	32,05	523,98
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	50g	0,94	2,55	19,15	99,71
iš viso:			37,17	30,35	51,20	623,69

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais ir griekiais (augalinis, tausojantis)	5AA	300g	13,50	32,85	93,15	617,61
iš viso:			13,50	32,85	93,15	617,61

- Galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus
- Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



1sav/3d

PRIEŠPIECIAI 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	101A	130g	5,01	2,00	32,08	169,42
Smulkinti bananai su trintomis braškėmis	6D	65/35g	1,64	0,34	18,41	77,40
Nesaldinta melisų arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,65	2,34	50,49	246,82

Vaisiai		250g	1,9	0,75	34,85	140,00
---------	--	------	-----	------	-------	--------

SRIUBOS 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	15S	250g	2,02	5,36	18,21	123,55
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,98	6,00	35,27	209,63

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	15S	150g	1,21	3,21	10,92	74,13
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,17	3,85	27,98	160,21

PIETŪS 11:40

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštiesenos kukuliai (tausojantis)	35A	100g	25,42	6,11	4,06	168,97
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Morkų salotos su žied.kopūstais, pomidorais, saulėgražomis, aliejaus padažu (augalinis)	13S	150g	5,24	21,71	11,61	249,03
Iš viso:			36,79	33,33	49,22	622,65

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštiesenos file kepsnys (tausojantis)	34A	100g	24,67	10,26	9,51	228,48
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Morkų, obuolių, porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	150g	14,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			45,15	30,22	57,70	614,29



3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su brokoliais (augalinis, tausojantis)	11AA	300g	6,81	30,96	33,39	412,65
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			8,95	41,18	42,11	552,75

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške (tausojantis)	65A	180/120g	48,30	31,98	62,94	459,15
Jogurtas "JUMS" su braškėmis		125g	3,38	3,13	18,63	116,25
Iš viso:			51,68	35,11	81,57	575,40

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

† tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
 Albina Gudaitienė

1sav/4d

PRIEŠPIECIAI 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	118A	100g	4,29	2,79	19,15	112,05
Sviesto-jogurtinės grietinės padažas	5P	10g	0,27	4,03	0,41	38,78
Ekologiškas pienas 2,5%		150g	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			9,66	10,57	26,91	234,83

Vaisiai		250g	1,9	0,75	34,85	140,00
---------	--	------	-----	------	-------	--------

SRIUBOS 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	5,99	5,44	23,98	157,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,95	6,08	41,04	244,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	3,59	3,26	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,55	3,90	31,45	180,85

PIETŪS 11:40

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įvorkinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	100/30g	29,81	22,61	10,09	357,69
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Pomidorai (augalinis)	37S	40g	0,40	0,08	1,64	4,40
Kopūstų, obuolių, morkų, porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	4S	100g	1,46	5,24	8,04	76,57
Iš viso:			37,80	33,44	53,32	643,31

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	110g	27,12	19,02	2,23	286,04
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	33S	150g	11,80	14,37	7,59	156,41
Iš viso:			39,26	37,21	26,29	550,98



3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	83A	250g	42,93	26,78	41,43	574,00
Trinti bananai su trintomis braškėmis	14D	65/35g	1,64	0,34	18,41	77,40
Iš viso:			44,57	27,12	59,84	651,40

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų paplotėliai (tausojantis)	114A	200g	13,75	13,92	83,08	502,29
Uogų desertas su jogurtu	2D	160/40g	2,32	0,94	13,96	59,60
Iš viso:			16,07	14,86	97,04	561,89

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Albina Gudaišienė

Dalia Žuklienė

1sav/5d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė (tausojantis)	96A	180g	7,02	3,02	34,70	186,25
Kivi desertas su jogurtu	1D	80/20g	1,40	0,63	12,34	52,20
Iš viso:			8,42	3,65	47,04	238,45

SRIUBOS 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		250g	1,9	0,75	34,85	140,00
Purokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (švž. ar raug.) (tausojantis, augalinis)	3Sr	250g	3,94	5,39	15,72	113,72
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,90	6,03	32,78	199,80

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (švž. ar raug.) (tausojantis, augalinis)	3Sr	150g	2,36	3,23	9,43	68,23
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,32	3,87	26,49	154,31

PIETŪS 11:40

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Putienos maltinukai (tausojantis)	27A	100g	18,73	14,82	18,84	279,54
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	75g	4,34	3,93	16,75	124,75
Morkų, obuolių salotos su moliūgų sėklomis ir nesaldinto jogurto padažu	12S	100g	3,86	4,94	10,28	95,80
Kefyras 2,5%		200g	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			33,73	28,69	55,67	620,09

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Salierų blynai su saulėgražomis (augalinis, tausojantis)	1AA	350g	13,13	17,95	78,97	500,74
Daržovių padažas (augalinis)	15S	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			14,20	23,06	83,33	570,79

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
 Albina Gudaitienė
Albina Gudaitienė

2sav/1d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kviečių kruopų dribsnių košė (tausojantis)	112A	150g	6,47	5,17	27,93	184,08
Uogienė	19P	20g	0,06		14,18	54,20
Nesaldinta melisų arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,53	5,17	42,11	238,28

Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
---------	--	------	------	------	-------	-----

SRIUBOS 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	20S	250g	2,44	5,29	14,04	105,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,40	5,93	31,10	191,53

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	20S	150g	1,47	3,17	8,43	63,27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,43	3,81	25,49	149,35

PIETŪS 11:40 val.

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	150/150g	43,56	23,13	16,14	433,98
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, porais, nesaldinto jogurto padažu	53S	100g	1,74	0,42	7,75	36,10
Iš viso:			48,37	26,31	40,67	572,41

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutų šlaunelių mėsos kepsnis (tausojantis)	34A	150g	31,85	18,83	14,27	352,56
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7Gar	75g	4,60	4,13	25,16	153,49
Agurkų - pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	35S	150g	1,35	14,33	5,49	148,31
Iš viso:			37,79	37,28	44,92	654,35



Direktorė
Albina Gudaitienė

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (varškė 9%),(tausojantis)	89A	150/100g	30,00	16,73	50,80	475,33
Grietinė 30%	17P	50g	1,20	15,00	1,55	146,50
Iš viso:			31,20	31,73	52,35	621,83

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų apkepas (augalinis, tausojantis)	8AA	350g	9,56	15,19	43,12	312,8
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Pupelių, porų, obuolių salotos su aliejaus padažu (augalinis)	25S	100g	5,51	9,88	18,30	167,92
Iš viso:			17,21	35,29	70,14	620,82

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Albina Gudaitienė

2sav/2d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omlėtas (tausojantis)	91A	80g	7,94	10,41	4,78	144,33
Pomidorai	37S	40g	0,40	0,08	1,64	6,80
Agurkai (šaltuoju sezonu metu-marinuoti agurkai)	36S	40g	0,32	0,08	0,92	4,40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Nesaldinta erškėtrožių arbata	1G	150g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,62	11,21	24,40	241,61

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2S	250g	4,48	5,39	22,74	145,73
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,44	6,03	39,80	231,81

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2S	150g	2,69	3,23	13,64	87,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,65	3,87	30,70	173,52

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	150g	36,75	10,56	13,23	295,58
Biri nešlifuočių ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Kopūstų, pomidorų, morkų, porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	6S	150g	2,04	7,79	9,29	103,46
Iš viso:			41,51	23,05	51,47	562,79

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukuliai (tausojantis)	35A	150g	31,83	13,37	6,09	265,46
Biri nešlifuočių ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Burokėlių salotos su keptais svogūnais (augalinis)	16S	150g	2,60	7,71	17,54	134,75
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			37,65	25,88	54,63	572,46



Direktorė
Albina Gudaitienė

Gudaitienė

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (varškė 9%, tausojantis)	80A	100/100g	23,78	11,45	47,85	382,46
Sviesto-jogurtinės grietinės padažas	5P	50g	1,36	20,17	2,03	193,89
Iš viso:			25,14	31,62	49,88	576,35

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų-cukinių apkepas (augalinis, tausojantis)	9AA	180/120g	5,4	5,07	38,49	199,8
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	170g	1,84	16,49	17,09	216,36
Iš viso:			9,38	31,78	64,30	556,26

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Albina Gugaitienė

Gugaitienė

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	97A	130g	6,41	2,68	26,08	152,13
Kefyro kokteilis su bananais ir braškėmis 0,4%		150g	4,50	0,60	15,30	85,50
Iš viso:			10,91	3,28	41,38	237,63

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	6,59	5,40	23,76	160,35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,55	6,04	40,82	246,43

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	3,95	3,24	14,25	96,21
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,91	3,88	31,31	182,29

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	62A	150g	30,00	17,86	9,45	315,03
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	50g	1,17	1,91	8,24	54,27
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, moliūgų sėklomis, aliejaus padažu (augalinis)	13S	150g	5,46	21,11	10,49	241,38
Iš viso:			36,63	40,88	28,18	610,68

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	100g	26,88	18,21	8,55	305,67
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	13Gar	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Salierų stiebų salotos su agurkais, obuoliais, saulėgrąžomis, aliejaus padažu (augalinis)	62S	100g	2,95	14,52	7,64	167,07
Iš viso:			32,05	36,57	31,49	574,89



3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (varškė 9%) (tausojantis)	88A	150/100g	31,13	30,08	37,18	541,03
Trinti konservuoti persikai	19P	100g	0,78	0,60	15,70	66,40
Iš viso:			31,91	30,68	52,88	607,43

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	150/150g	13,98	17,46	52,23	407,88
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			16,12	27,68	60,95	547,98

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Albina Gudaitienė

2sav/4d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta viso grūdo avižinių dribsnių košė (tausojantis)	110A	120g	5,90	5,89	21,08	155,64
Smulkinti bananai su trintomis braškėmis	6D	32,5/17,5g	0,82	0,17	9,21	38,70
Ekologiškas pienas 2,5%		100g	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			10,12	8,56	35,19	250,34

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Švž.kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	7Sr	250g	2,38	5,31	14,43	107,13
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,34	5,95	31,49	193,21

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Švž.kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	7Sr	150g	1,43	3,18	8,66	64,28
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,39	3,82	25,72	150,36

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	100g	21,30	14,04	11,62	254,88
Virti lėšiai (tausojantis)	14Gar	100g	12,78	0,58	28,14	157,77
Agurkų, pomidorų, svogūnų laiškų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	35S	150g	1,44	14,31	5,04	146,81
Iš viso:			35,52	28,93	44,80	559,46

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	150g	28,61	25,10	17,63	409,10
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	50g	2,89	2,62	11,17	83,17
Morkų, obuolių, porų salotos, aliejaus padažas (augalinis)	14S	100g	0,90	9,63	9,76	120,77
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			32,90	37,45	40,61	621,54



 Direktorė
 Albina Gudaitienė

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su lęšiais ir žiediniais kopūstais (augalinis, tausojantis)	13AA	100/100g	15,52	20,93	42,53	397,97
Pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	33S	120g	1,92	15,33	8,10	166,83
Iš viso:			17,44	36,26	50,63	564,80

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
 Albina Gudaitienė


2sav/5d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	109A	100g	3,92	3,93	16,00	117,00
Uogienė	19P	20g	0,06		14,18	54,20
Ekologiškas pienas 2,5%		130g	4,42	3,25	6,37	72,80
Iš viso:			8,40	7,18	36,55	244,00

Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
---------	--	------	------	------	-------	-----

SRIUBOS 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	12Sr	250g	2,81	5,34	19,21	130,75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,77	5,98	36,27	216,83

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	12Sr	150g	1,68	3,20	11,52	78,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,64	3,84	28,58	164,53

PIETŪS 11:40

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta žuvis su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	39A	150/150g	34,83	8,76	16,74	280,68
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Agurkai	36S	40g	0,32	0,08	0,92	4,40
Pupelių, porų, obuolių salotos su aliejaus padažu (augalinis)	25S	120g	6,61	11,86	21,96	201,50
Iš viso:			43,90	20,83	58,76	571,78

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lašišos medalionų kepinukai (tausojantis)	41A	100g	20,02	23,35	11,75	332,07
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	75g	1,61	0,10	14,36	63,90
Burokėlių salotos su mar.agurkais, ž.žimeliais, aliejaus padažu (augalinis)	20S	130g	3,29	12,32	11,92	158,85
Iš viso:			24,91	35,77	38,03	554,82


 Direktorė
 Albiną Gudaitienė

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėlga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	14AA	125/125g	17,65	7,65	57,20	323,83
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	43S	200g	3,94	19,98	15,38	236,52
Iš viso:			21,59	27,63	72,58	560,35

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Albina Gudaitienė

[Handwritten signature]

3sav/1d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	110A	120g	5,90	5,89	21,08	135,64
Traputis su avokado užtepėle	8Š	10/20g	1,28	4,71	9,93	82,04
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	2G	200g	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			7,23	10,63	31,65	219,85

Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
---------	--	------	------	------	-------	-----

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (avinžimiais) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	5,71	6,18	22,16	161,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,67	6,82	39,22	248,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (avinžimiai) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	3,42	3,71	13,29	97,17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,38	4,35	30,35	183,25

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su nešlifuotiis ryžiais (tausojantis)	3A	150/150g	45,00	23,76	41,31	544,14
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais, aliejaus padažu (augalinis)	2S	150g	2,18	7,80	7,35	97,52
Iš viso:			47,18	31,56	48,66	641,66

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	31A	130g	31,77	21,66	0,90	329,84
Biri nešlifuočių ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	6S	150g	2,04	7,79	9,29	103,46
Iš viso:			36,53	34,14	39,13	597,05



Direktorė
Gudaitienė

[Handwritten signature]

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su lęšiais ir brokoliais (augalinis, tausojantis)	13AA	135/135g	21,11	28,30	57,83	540,30
Iš viso:			21,11	28,30	57,83	540,30

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške(9%)	74A	150/75g	27,22	18,21	55,08	489,57
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			28,58	22,21	56,76	537,57

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Albina Gudaitienė

3sav/2d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su sūriu (tausojantis)	66A	80g	7,62	6,78	16,51	162,70
Kefyro kokteilis su spanguolėmis ir kriaušėmis 0,4%		150g	4,50	0,60	14,85	84,00
Iš viso:			12,12	7,38	31,36	246,70
Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr.sriuba (tausojantis, augalinis)	24S	250g	2,60	5,51	19,05	128,19
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,56	6,15	36,11	214,27

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr.sriuba (tausojantis, augalinis)	24S	150g	1,56	3,30	11,43	76,91
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,52	3,94	28,49	162,99

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	130g	22,66	13,46	22,95	302,17
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Šviežių daržovių salotos su smulkintomis saulėgražomis, aliejaus padažu (augalinis)	8S	150g	4,29	23,45	13,40	267,41
Iš viso:			29,09	37,03	55,48	654,78

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašišos file (tausojantis)	37A	120g	31,33	26,40	1,52	368,96
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Ridikų salotos su obuoliais, pekininiais kopūstais, paprika ir aliejaus padažu (augalinis)	51S	120g	2,04	11,84	8,47	137,35
Iš viso:			35,51	38,37	29,13	591,51



Direktorė
Albina Gudaitienė

Gudaitienė

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų kepsneliai (augalinis, tausojantis)	6AA	300g	5,16	12,69	38,28	259,29
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	35S	160g	1,44	15,28	5,86	158,19
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			8,74	38,19	52,86	557,58

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Aibina Gudaitienė

Gudaitienė

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Birni grikių kr. košė su morkomis, svogūnais (tausojantis, augalinis)	106A	130g	7,46	5,08	41,43	234,65
Nesaldinta erškėtrožių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,46	5,08	41,43	234,65

Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
---------	--	------	------	------	-------	-----

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lešių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	16Sr	250g	6,81	5,57	24,01	161,72
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,77	6,21	41,07	247,80

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lešių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	16Sr	150g	4,09	3,34	14,40	97,03
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,05	3,98	31,46	183,11

PIETUS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Malti kiaulienos voleliai su morkomis (tausojantis)	24A	150g	21,68	18,41	26,31	348,68
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100g	5,79	5,24	22,33	166,33
Špinatai, salotos, agurkai, ridikėliai, nesaldinto jogurto padažas	55S	150g	3,32	0,98	4,47	33,81
Iš viso:			30,78	24,62	53,11	548,82

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos daržovių troškinys (tausojantis)	2A	100/100g	30,04	19,59	10,34	330,49
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100g	5,79	5,24	22,33	166,33
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	14S	100g	0,90	9,63	9,76	120,77
Iš viso:			36,73	29,22	31,27	617,59



3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	150/150g	13,98	17,46	52,23	407,88
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	8,72	7,98	140,10
Iš viso:			16,12	26,18	60,21	547,98

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	83A	230g	39,49	24,63	38,11	528,08
Trintai bananai su trintomis braškėmis	14D	65/35g	1,64	0,34	18,41	77,40
Iš viso:			41,13	24,97	56,52	605,48

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Aibina Gudaitienė

Gudaitienė

3sav/4d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių (nešlifuoti) košė (tausojantis)	98A	150	4,92	5,60	29,05	181,11
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	80/20	1,44	0,42	15,73	67,75
Nesaldinta mėtų arbata	1G	200g				
Iš viso:			6,36	6,02	44,78	248,86

Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
---------	--	------	------	------	-------	-----

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	10Sr	250/10/10g	3,66	9,61	17,02	162,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,62	10,25	34,08	248,85

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	10Sr	150/6/6g	2,19	5,76	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,15	6,40	27,27	183,74

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	150g	33,32	17,66	17,97	361,89
Virti lęšiai (tausojantis)	14Gar	50g	6,39	0,29	14,07	78,89
Pekinių kopūstų salotos su pomidorais, porais, aliejaus padažu (augalinis)	24S	150g	2,04	14,64	6,93	160,97
Iš viso:			41,75	32,59	38,97	601,75

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiena (šlaunelės) (tausojantis)	29A	125/50g	31,52	27,76	8,09	402,07
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	75g	2,49	3,47	18,83	147,68
Agurkai (šaltuoju sezonu metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	100g	1,00	0,20	4,10	17,00
Iš viso:			35,41	31,53	32,17	572,25



Direktoriė
 Albina Gudaitienė

Dalia Žuklienė

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinių, moliūgų, morkų, žirnių troškiny (augalinis, tausojantis)	2AA	300g	13,20	8,58	49,89	300,60
Daržovių padažas (augalinis)	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Brokolių salotos su agurkais, riešutais, aliejaus padažu (augalinis)	49S	100g	3,65	15,68	5,83	169,67
Iš viso:			17,92	29,37	60,08	540,32

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	88A	220g	27,39	26,47	32,71	476,10
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	60g	1,13	3,06	22,98	119,65
Iš viso:			28,52	29,53	55,69	595,75

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

6

6



Direktorė
Albina Gudaitienė

Albina Gudaitienė

3sav/5d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta sorų kruopų košė (tausojantis)	102A	130g	5,76	2,61	26,14	153,10
Ekologiškas pienas 2,5%		150g	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			10,86	6,36	33,49	237,10
8:45 val.						
Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis)	12Sr	250g	2,54	5,35	19,37	130,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,50	5,99	36,43	217,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis)	12Sr	150g	1,52	3,21	11,62	78,57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,48	3,85	28,68	164,65

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su pupelėmis (tausojantis)	7A	100/75g	33,25	19,82	18,04	369,39
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	150g	1,62	14,55	15,08	190,91
Iš viso:			35,94	34,44	42,69	602,90

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti natūralūs kotletai su sūriu (tausojantis)	23A	150g	41,52	30,44	4,53	453,08
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Daržovių salotos (kopūstai, morkos, porai, agurkai) su kmynais, aliejaus padažu (augalinis)	31S	150g	1,65	14,57	8,24	160,11
Iš viso:			44,24	45,07	22,34	655,79



Direktorė
Gudaitienė

Gudaitienė



3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių - daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	250g	10,43	5,45	62,38	323,93
Daržovių padažas (augalinis)	15P	70g	1,50	7,15	6,10	98,07
Pomidorų salotos su svogūnų laiškais, aliejaus padažu (augalinis)	33S	150g	1,98	14,34	6,69	153,41
Iš viso:			13,90	26,94	75,17	575,40

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktoriė
 Aibina Gudaitienė



4sav/1d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	117A	130g	5,63	4,74	23,83	155,10
Uogų desertas su jogurtu	2D	80/20g	1,16	0,47	6,98	29,80
Ekologiškas pienas 2,5%		100g	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			10,19	7,71	35,71	240,90

Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
---------	--	------	------	------	-------	-----

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžimių, perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	16S	250g	5,93	6,35	22,41	163,32
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,89	6,99	39,47	249,40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžimių, perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	16S	150g	3,56	3,81	13,44	97,99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,52	4,45	30,50	184,07

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos file kepsnys(tausojantis)	34A	150g	37,01	15,39	14,27	342,72
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,14	19,14	85,20
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	2S	170g	2,47	8,84	8,38	110,53
Iš viso:			41,61	24,37	41,79	538,45

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su avinžimiais (tausojantis)	4A	100/100g	35,09	17,02	23,83	382,78
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	35S	200g	1,80	19,10	7,32	197,74
Iš viso:			36,89	36,12	31,15	580,52



Direktorė
Albina Gudaitienė

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	200g	29,88	20,43	38,25	456,45
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	50g	0,94	2,55	19,15	99,71
Iš viso:			30,82	22,98	57,40	556,16

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys su žiediniais kopūstais (tausojantis, augalinis)	11AA	300g	6,42	30,87	32,49	405,90
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100g	2,14	0,14	19,14	85,20
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	35S	100g	0,90	9,55	3,66	98,87
Iš viso:			9,46	40,56	55,29	589,97

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
Albina Gudaitienė

Gudaitienė

4sav/2d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
(vairių kruopų (kviečiai, rugiai, žirniai, miežiai) košė (tausojantis)	108A	150g	8,82	2,41	28,44	160,91
Trinti bananai su jogurtu	11D	80/20g	1,58	0,39	19,70	85,00
Nesaldinta melisų arbata	1G	150g				
Iš viso:			10,40	2,80	48,14	245,91

Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140
---------	--	------	------	------	-------	-----

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17S	250g	6,07	5,50	24,36	155,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,03	6,14	41,42	242,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17S	150g	3,64	3,30	14,61	93,57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,60	3,94	31,67	179,65

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maitas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	150g	30,80	17,82	16,40	348,09
Biri nešlifotų ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Burokėlių salotos, ž. žimeliai, mar. agurkai, svogūnai, nesald. jogurto padažas	20S	150g	5,06	0,45	12,81	63,03
Iš viso:			38,57	22,97	58,16	574,88

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lašišos medalionų kepsnys (tausojantis)	38A	150g	33,80	31,07	8,10	440,21
Biri nešlifotų ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su nesaldinto jogurto padažu	27S	150g	2,88	0,78	14,13	70,65
Iš viso:			38,72	35,37	43,94	633,68



Dirktorė
Albina Gudaitienė

Gudaitienė


3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų-cukinijų apkepas (augalinis, tausojantis)	9AA	350g	6,3	5,915	44,91	233,1
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	150g	1,62	14,55	15,08	190,91
Iš viso:			10,06	30,69	68,71	564,11

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	270g	37,07	18,20	60,35	545,10
Bananų desertas su jogurtu	3D	80/20g	1,56	0,39	19,70	85,00
Iš viso:			38,63	18,59	80,05	630,10

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
 Albina Gudaitienė


4sav/3d

PRIEŠPIECIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė (tausojantis)	96A	150g	5,91	2,52	28,92	155,21
Ekologiškas pienas 2,5%		150g	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			11,01	6,27	36,27	239,21
Vaisiai		250g	1,90	0,75	34,85	140

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)	21S	250g	3,46	9,61	17,07	158,92
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,42	10,25	34,13	245,00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)	21S	150g	2,08	5,77	10,24	95,35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,04	6,41	27,30	181,43

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos-kiaulienos maltinis (tausojantis)	16A	150g	30,50	20,15	17,63	368,60
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	75g	4,34	3,93	16,75	124,75
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Pekino kopūstų agurkų ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	54S	100g	1,37	9,81	4,02	104,61
Iš viso:			36,71	33,99	40,44	606,45

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su švž. troškintais kopūstais (tausojantis)	6A	150/150g	45,33	29,49	15,06	490,62
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Iš viso:			47,67	33,31	31,53	599,15



Direktorė
Albina Gudaitienė

Gudaitienė



3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų kepsneliai (augalinis, tausojantis)	7AA	300g	7,14	13,14	55,83	287,85
Daržovių padažas (augalinis)	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Morkų, obuolių salotos su moliūgų sėklomis, aliejaus padažu (augalinis)	12S	100g	3,02	14,12	10,91	175,97
Iš viso:			11,23	32,37	71,10	533,87

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	150/150g	13,98	17,46	52,23	407,88
Daržovių padažas (augalinis)	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			16,12	27,68	60,95	547,98

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
 Albina Gudailienė



4sav/4d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių dribsnių košė (tausojantis)	112A	100g	4,31	3,45	18,62	122,72
Banany desertas su jogurtu	3D	40/10g	0,78	0,20	9,85	42,50
Ekologiškas pienas 2,5%		150g	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			10,19	7,40	35,82	249,22

Vaisiai		250g	1,9	0,75	34,85	140,00
---------	--	------	-----	------	-------	--------

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9S	250g	1,88	5,19	12,09	98,93
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,84	5,83	29,15	185,01

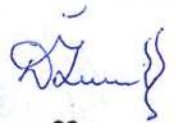
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9S	150g	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,09	3,75	24,31	145,44

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos troškiny su lęšiais (tausojantis)	7A	120/90g	38,20	26,84	9,07	423,13
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Agurkų salotos su porais ir aliejaus padažu (augalinis)	34S	150g	1,59	14,37	5,70	150,11
Iš viso:			40,29	41,31	16,82	581,74

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	75/20/20g	17,84	32,05	9,17	390,99
Biri nešlifotų ryžių košė (tausojantis)	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Morkų, obuolių salotos su moliūgų sėklomis, nesaldinto jogurto padažu	12S	150g	5,79	7,10	15,42	143,70
Iš viso:			24,99	41,50	39,07	616,57



Direktorė
Alina Gudaitienė



3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su lęšiais ir žiediniais kopūstais (augalinis, tausojantis)	13AA	110/110g	17,07	23,03	46,79	437,78
Pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	33S	150g	1,80	14,37	7,59	156,41
iš viso:			18,87	37,40	54,38	594,18

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



Direktorė
 Albina Gudaitienė



4sav/5d

PRIEŠPIEČIAI 8:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	64A	130g	6,33	6,15	35,84	226,53
Natūralus pomidorų padažas		20g	0,78	0,10	4,74	22,00
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	150g				
Iš viso:			7,11	6,25	40,58	248,53

SRIUBOS 10:35 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis)	22Sr	250g	1,63	9,52	9,27	124,07
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,59	10,16	26,33	210,15

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis)	22Sr	150g	0,98	5,71	5,56	74,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			3,94	6,35	22,62	160,52

PIETŪS 11:40						
1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštienos file (tausojantis)	29A	125/50g	42,50	11,10	8,61	298,56
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	100g	3,32	4,62	25,11	147,68
Brokolių salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	43S	150g	3,33	15,06	12,44	184,14
Agurkai	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Iš viso:			49,55	30,88	47,31	635,88

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	14AA	150/150g	21,18	9,18	68,64	388,59
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	43S	150g	2,96	14,99	11,54	177,39
Iš viso:			24,14	24,17	80,18	565,98

* galima keisti įvairius gamyūrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g


 Direktorė
 Albina Gudaitienė