

Tvirtinu:

I savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė (9% rieб.) su uogiene ir grietine (30% rieб.)	16-2/1M	65/15/20	11,53	11,87	13,10	205,27
Batonas su sėlenomis	14-70/1	25	2,20	0,38	13,53	66,28
Nesaldinta vaisinė arbata	15-5/1	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Vaisius *	14-34/1	100	0,60	0,00	14,85	69,90
Iš viso:			14,33	12,25	41,48	341,46

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis)	1-3/1M	150	1,29	4,05	9,18	78,30
Grietinė (30% rieб.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Troškinta vištiena su daržovėmis (morkos, svogūnai, žalieji žirnėliai) (tausojantis)	9-3/3a	65/30	18,57	7,04	7,56	167,89
Šviežių morkų salotos su sezamo sėklomis ir cirtininiu užpilu (augalinis)	2-3/5.1	90	1,25	5,15	9,20	88,15
Virti nešlifuoti ryžiai	3-5/2	80	1,19	1,17	12,14	63,84
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/3	30	1,92	0,57	13,29	65,97
Stalo vanduo su citrina	15-9/3	150/2	0,02	0,01	0,19	0,89
Iš viso:			24,36	19,49	51,72	479,64

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietagrūdžiai makaronai su ciberžole ir sūriu (45% rieб.) (tausojantis)	5-1/9M	150/15	9,13	11,14	37,82	288,04
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Nesaldinta kmyņų arbata	15-3/1	150	0,02	0,01	0,05	0,41
Iš viso:			9,66	11,27	40,45	301,89

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

48	43	134	1123
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

I savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	3-1/5	200	7,38	4,50	34,63	208,51
Pienas (2.5% rieб.)	14-46/1d	200	6,20	5,00	9,20	106,60
Iš viso:			13,58	9,50	43,83	315,11

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Pietūs 12.00 - 12.30 val.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) *	1-1/2M	150	1,84	3,61	14,70	98,66
Grietinė (30% rieб.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Konvekinėje krosnelėje keptas natūralus vištienos filė kepsnelis (tausojantis)*	9-5/4	75	19,14	5,31	3,74	139,27
Pekino ir morkų salotos su šviežiais pomidorais ir aliejaus užpilu	2-5/3	100	1,03	5,14	4,21	67,25
Bulvių košė	4-1/2M	120	3,01	4,98	21,59	143,23
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/3	30	1,92	0,57	13,29	65,97
Geriamas vanduo	15-9/5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			27,06	21,11	57,69	528,98

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietinis su varškės įdaru, grietinė (30% rieб.)	5-5/2M	90/30	12,37	13,69	28,99	288,63
Vaisius *	14-34/1	100	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,97	13,69	43,84	350,43

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

54	44	145	1195
----	----	-----	------

* **Burokėlių sriuba** 05-06 mėn. gali būti keičiama į **šaltibarščius** su bulvėmis (techn. kort. Nr. 1-40/1. B-4,12 g; R-4,84 g; A-17,82 g; Kcal -131,36).

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

Tvirtinu:

I savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas garuose natūralus omletas (tausojantis), žalieji žirneliai	4-22M	120/30	12,65	12,82	12,49	215,92
Pilno grūdo ruginė duona, sviestas (82% rieб.)	14-72/4	20/5	1,31	3,66	8,90	73,80
Nesaldinta kmyņu arbata	15-3/1	150	0,02	0,01	0,05	0,41
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Iš viso:			14,49	16,61	24,02	303,57

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (šaldytų daržovių mišinys, kopūstai, bulvės, morkos, svogūnai) sriuba „Pavasaris,, (augalinis)	1-5/2M	150	2,21	2,26	9,04	65,35
Grietinė (30% rieб.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Virtas garuose kiaušienos maltinukas (tausojantis)	10-12/1	70	15,87	4,96	5,89	131,65
Virti griekiai	3-1/1M	100	2,97	4,41	19,17	128,21
Kopūstai su aliejumi *	2-2/1	95	0,77	3,01	4,43	47,87
Batonas su sėlenomis	14-70/1	25	2,20	0,38	13,53	66,28
Stalo vanduo su citrina	15-9/3	150/2	0,02	0,01	0,19	0,89
Iš viso:			24,16	16,53	52,41	454,85

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	3-4/3	200	5,47	4,07	30,81	181,76
Vaisius *	14-34/1d	1 vnt.	0,64	0,00	15,84	65,92
Pienas (2.5% rieб.)	14-46/1	150	4,65	3,90	7,20	82,50
Iš viso:			10,76	7,97	53,85	330,18

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

49	41	130	1089
----	----	-----	------

* **Rauginti kopūstai** ne sezono metu keičiami į **šviežių kopūstų salotas** (techn. kort. Nr.2-1/2 M. B-1,06 g; R-5,02 g; A-5.02 g; Kcal -69.49).

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

I savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	3-7/5M	200	6,88	6,27	28,58	198,25
Fermentinis sūris (45% rieb.), sviestas (82% rieb.), batonas su sėlenomis	14-8/1	15/5/25	5,93	6,62	13,89	138,80
Nesaldinta arbata	15-5/2	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,81	12,89	42,47	337,05

Pietūs 12.30 - 13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Pietūs 12.00 - 12.30 val.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	1-9/1M	150	2,19	3,19	18,42	111,15
Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Konvekinėje krosnelėje keptas varškės (9% rieb.) pudingas, uogienė (tausojantis)	6-4/4	140/15	17,62	9,94	34,66	298,56
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Stalo vanduo su citrina	15-9/3	150/2	0,02	0,01	0,19	0,89
Iš viso:			21,74	15,14	64,87	482,62

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklandžiai su obuoliais ir sėlenomis, grietinė	5-4/1M	120/20	7,83	13,93	34,23	293,55
Vaisius *	14-34/1d	100	0,64	0,00	15,84	65,92
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,47	13,93	50,07	359,47

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

43	42	157	1179
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

I savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė su uogiene (tausojantis)	3-8/2	200/20	5,29	3,73	41,32	220,02
Vaisius *	14-34/1d	100	0,64	0,00	15,84	65,92
Pienas (2.5% riebi.)	14-46/1	150	4,65	3,90	7,20	82,50
Iš viso:			10,58	7,63	64,36	368,44

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis)	1-8/1M	150	4,34	3,25	18,41	120,30
Grietinė (30% riebi.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Jūros lydekos filė maltinis virtas garuose (tausojantis)	8-2/1M	75	14,72	3,67	7,33	121,24
Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir nerafinuoto aliejaus užpilu *	2-4/2M	90	1,21	3,09	7,98	64,53
Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2,56	4,30	18,65	123,53
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Geriamas vanduo	15-9/5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			24,23	16,19	61,39	488,18

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta pieniška dešrelė, pomidorų padažas	10-2/1	50/30	5,10	6,85	8,50	116,01
Virti kietagrūdžiai makaronai (tausojantis), (augalinis)	5-1/91M	120	4,32	3,72	29,96	170,61
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,93	10,69	41,04	300,06

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

45	35	167	1157
----	----	-----	------

* **Burokėlių salotos su raugintais agurkais** sezono metu keičiami į burokėlių salotas su šviežiais agurkais (techn. kort. Nr.2-4/1M. B-1.1 g; R-5.1 g; A-7.1 g; Kcal -78.5).

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

II savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai, švieži agurkai *	7-3/2	2 vnt./30	10,05	9,36	1,40	130,04
Pilno grūdo ruginė duona, sviestas (82% rieб.)	14-72/4	20/5	1,31	3,66	8,90	73,80
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius *	14-33/1	100	1,95	0,13	27,30	118,17
Iš viso:			13,31	13,15	37,60	322,01

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietuviški barščiai (augalinis)	1-2/1M	150	1,65	3,07	11,24	79,26
Grietinė (30% rieб.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Virti varškėčiai (9% rieб.), grietinė	6-7/N	130/20	19,44	12,18	26,53	293,48
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Batonas su sėlenomis	14-70/1	25	2,20	0,38	13,53	66,28
Geriamas vanduo	15-9/5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			23,80	15,75	53,88	452,46

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (bulvės, morkos, svogūnai) troškiny su kiauliena ir pupelėmis (tausojantis)	10-23/2	120/ 35/ 20	16,24	9,38	32,98	281,29
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,52	9,76	41,84	325,27

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

55	39	133	1100
----	----	-----	------

* Pusryčiams prie virtų kiaušinių pasibaigus sezonui **šviežias agurkas** keičiamas **į raugintą agurką**.

* **Kepti varškėčiai su trintomis uogomis** esant poreikiui gali būti keičiami į tausojančią patiekalą į **virtus varškėčius su grietine** (techn. kort. Nr. 6-3/3. B-19,65 g; R-16,48 g; A-46,21 g; Kcal -411,75).

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

II savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	3-4/3	200	5,47	4,07	30,81	181,76
Trinta varškė (9%rieb.) (varškė, grietinė, pienas, cukrus)	16-4/1	70	9,06	7,20	5,41	122,66
Nesaldinta vaisinė arbata	15-4/2	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Vaisius *	14-30/1d	100	0,60	0,00	14,85	61,80
Iš viso:			15,13	11,27	51,07	366,23

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su nešlifuotiems ryžiais (augalinis)	1-8/5M	150	1,94	1,30	20,41	101,09
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	10-14/4M	65/30	23,54	8,38	6,49	195,50
Pekininių kopūstų, morkų ir paprikos salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-5/2M	95	1,03	4,16	5,23	62,54
Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2,56	4,30	18,65	123,53
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Geriamas vanduo	15-9/5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			30,35	18,52	59,64	526,64

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai su sėlenomis, grietinė	5-3/1	120/20	9,51	10,51	44,39	310,19
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,02	10,63	46,97	323,63

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

56	40	158	1217
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

II savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pusryčių dribsniai su pienu (2.5% riebi.)	14-8/3M	35/150	7,42	4,32	36,95	216,34
Fermentinis sūris (45% riebi.), sviestas (82% riebi.), batonas su sėlenomis	14-8/1	15/5/25	5,93	6,62	12,85	134,70
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Nesaldinta arbata	15-1/2	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,86	11,06	52,38	364,48

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Konservuotų rūgštynių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	1-6/1M	150	1,37	5,08	11,02	95,31
Grietinė (30% riebi.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Konvekciniėje krosnelėje kepta vištiena (tausojantis)	9-7/2M	85	17,03	9,50	0,09	153,97
Šviežių morkų ir obuolių salotos su aliejumi	2-3/6M	100	0,10	4,00	2,48	46,30
Virti nešlifuoti ryžiai	3-5/2	80	1,19	1,17	12,14	63,84
Batonas su sėlenomis	14-70/1	25	2,20	0,38	13,53	66,28
Geriamas vanduo	15-9/5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius *	14-30/2T	100	0,60	0,36	9,30	42,84
Iš viso:			22,61	21,99	48,72	483,14

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė su uogiene (tausojantis)	3-8/2	200/20	5,29	3,73	41,32	220,02
Pienas (2.5% riebi.)	14-46/1	150	4,65	3,90	7,20	82,50
Iš viso:			9,94	7,63	48,52	302,52

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

46	41	150	1150
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

II savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta nešlifuočių ryžių kruopų košė (tausojantis)	3-5/5	200	5,83	4,33	38,28	215,37
Varškės sūris (13% rieb.), sviestas (82% rieb.), viso grūdo batonas	14-7/22	20/5/25	5,94	7,20	14,05	144,76
Nesaldinta arbata	15-5/2	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,77	11,53	52,33	360,13

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (bulvės, kopūstai, morkos) sriuba su žaliais žirneliais (augalinis)	1-16/1M	150	1,92	3,09	12,72	86,32
Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Virtas garuose vištienos kumpelių maltinukas (tausojantis)	9-9/3n	80	13,63	7,79	7,67	155,28
Virtų burokėlių ir švž. obuolių salotos su aliejaus užpilu	2-4/4	90	1,24	6,08	8,61	94,08
Virti griekiai	3-1/1M	100	2,97	4,41	19,17	128,21
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Stalo vanduo su citrina	15-9/3	150/2	0,02	0,01	0,19	0,89
Iš viso:			21,06	21,76	57,22	508,76

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietinis su varškės įdaru, grietinė (30% rieb.)	5-5/2M	90/30	12,37	13,69	28,99	288,63
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Vaisius *	14-34/1	100	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,48	13,81	46,42	363,87

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

46	47	156	1233
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

II savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta pieniška dešrelė, pomidorų padažas	10-2/1	50/30	5,10	6,85	8,50	116,01
Virti griekiai	3-1/1M	100	2,97	4,41	19,17	128,21
Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir nerafinuoto aliejaus užpilu *	2-4/2M	90	1,21	3,09	7,98	64,53
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	15-1/1	150/3	0,03	0,01	0,28	1,33
Vaisius *	14-34/1d	100	0,64	0,00	15,84	65,92
Iš viso:			9,95	14,36	51,77	376,00

Pietūs 12.30 - 13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltųjų pupelių sriuba (augalinis)	1-7/1M	150	3,65	3,15	18,00	114,92
Grietinė (30% rieš.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Konvekciniėje krosnelėje kepta jūros lydekos filė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	8-3/1	70/30	15,59	6,83	2,77	134,88
Šviežių kopūstų ir agurkų salotos su aliejaus užpilu	2-1/8M	90	1,06	4,01	4,52	58,42
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai (tausojantis)	5-10/1	100	3,60	2,60	24,97	137,68
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Geriamas vanduo	15-9/5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,30	18,47	59,28	504,48

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9 proc. rieš.), grietinė	6-7/N	130/10	19,43	12,18	26,53	293,48
Pienas (2.5% rieš.)	14-46/1	150	4,65	3,90	7,20	82,50
Iš viso:			24,08	16,08	33,73	375,98

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

59	49	145	1256
----	----	-----	------

* **Burokėlių salotos su raugintais agurkais** sezono metu keičiami į **burokėlių salotas su šviežiais agurkais** (techn. kort. Nr.2-4/1M. B-1.1 g; R-5.1 g; A-7.1 g; Kcal -78.5).

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

III savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietagrūdžiai makaronai su ciberžole ir sūriu (45% rieb.) (tausojuantis)	5-1/9M	150/15	9,13	11,14	37,82	288,04
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Nesaldinta kmyņu arbata	15-3/1	150	0,02	0,01	0,05	0,41
Vaisius *	14-30/1d	100	0,60	0,00	14,85	61,80
Iš viso:			10,26	11,27	55,30	363,69

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba (augalinis)*	1-4/1	150	1,48	2,08	12,64	75,17
Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Konvekciniėje krosnelėje keptas natūralus vištienos kumpelių kepsnelis (tausojuantis)	9-5/1	55	12,33	6,45	3,00	119,37
Šviežių morkų salotos su kepintomis saulėgrąžomis ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-3/10M	90	1,95	5,53	10,30	98,77
Bulvių košė	4-1/1M	120	3,12	4,17	22,76	141,04
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Stalo vanduo su citrina	15-9/3	150/2	0,02	0,01	0,19	0,89
Iš viso:			20,30	20,12	57,91	493,82

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta miežinių kruopų košė (tausojuantis)	3-9/1	220	7,26	7,00	34,91	231,65
Pienas (2.5% rieb.)	14-46/1	150	4,65	3,90	7,20	82,50
Iš viso:			11,91	10,90	42,11	314,15

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

42	42	155	1172
----	----	-----	------

* **Raugintų kopūstų sriuba** ne sezono metu keičiama į **šviežių kopūstų sriuba** (techn. kort. Nr.1-3/1M. B-1.51 g; R-8.04 g; A-8.95 g; Kcal -114.22).

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

III savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su džiovintais abrikosais (tausojantis)	3-7/4	200/12	6,26	4,98	27,59	180,18
Jogurtas (3.2% rie.)	14-2/1	125	4,50	4,00	12,78	105,10
Nesaldinta vaisinė arbata	15-4/2	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Vaisius *	14-30/1d	100	0,60	0,00	14,85	61,80
Iš viso:			11,36	8,98	55,22	347,09

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (augalinis)	1-24/1	150	1,01	4,08	8,15	73,34
Grietinė (30% rie.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Virti varškės (0.5% rie.) kukuliai, grietinė (30% rie.) (tausojantis)	6-2/1	150/20	21,10	9,43	40,60	331,64
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Stalo vanduo su citrina	15-9/3	150/2	0,02	0,01	0,19	0,89
Iš viso:			24,04	15,52	60,54	477,89

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaulienos plovos	10-9/1	180,0	20,7	9,7	36,0	313,80
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,70	9,70	36,00	313,80

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

56	34	152	1139
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

III savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pusryčių dribsniai su pienu (2.5% rieб.)	14-8/3M	35/150	7,42	4,32	36,95	216,34
Fermentinis sūris (45% rieб.), sviestas (82% rieб.), batonas su sėlenomis	14-8/1	15/5/25	5,93	6,62	13,89	138,80
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,86	11,06	53,42	368,58

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (baltosios pupelės, žirniai) sriuba (augalinis)	1-8/6M	150	4,88	2,23	20,11	120,09
Grietinė (30% rieб.)	13-10/3	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Troškintas vištiena su žiediniais kopūstais ir morkomis (tausojantis)	10-2/1a	50/50	12,83	8,65	5,93	152,83
Virtų burokėlių skiltelės su aliejaus užpilu	2-25/1	85	1,38	2,09	8,76	59,39
Virti griekiai	3-1/3	100	2,75	3,38	17,75	112,38
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Geriamas vanduo	15-9/5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			23,24	18,23	61,57	503,27

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas garuose morkų pudingas su varške (9% rieб.) (tausojantis), uogienė, grietinė (30% rieб.)	6-5/1	160/15/10	14,21	10,81	37,92	305,84
Vaisius *	14-30/1d	100	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	15-1/1	150/3	0,03	0,01	0,28	1,33
Iš viso:			14,84	10,82	53,05	368,97

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

52	40	168	1241
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

III savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė su uogiene (tausojantis)	3-8/2	200/20	5,29	3,73	41,32	220,02
Pienas (2.5% rieб.)	14-46/1	150	4,65	3,90	7,20	82,50
Vaisius *	14-31/1d	1 vnt.	1,62	0,18	21,06	92,34
Iš viso:			11,56	7,81	69,58	394,86

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų sriuba su lęšiais (augalinis)	1-17/1	150	2,59	2,24	9,66	71,44
Virtas garuose kiaulienos maltinukas su daržovių (morkų, svogūnų) ir kiaušinių įdaru (tausojantis)	10-13/1M	90	17,61	10,98	7,21	219,36
Šviežių kopūstų ir pomidorų salotos su aliejaus užpilu	2-1/6M	95	1,24	4,07	4,98	61,54
Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2,56	4,30	18,65	123,53
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Stalo vanduo su citrina	15-9/3	150/2	0,02	0,01	0,19	0,89
Iš viso:			25,30	21,98	49,55	520,74

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas garuose natūralus omletas (tausojantis), žalieji žirnėliai	4-22M	120/30	12,65	12,82	12,49	215,92
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	91,34
Iš viso:			14,44	13,32	23,93	351,24

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

51	43	143	1267
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės

Tvirtinu:

III savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	3-1/5	200	7,38	4,50	34,63	208,51
Varškės sūris (13% rieб.), sviestas (82% rieб.), batonas	14-7/22d	20/5/20	5,56	7,10	11,40	131,72
Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,94	11,60	46,03	340,23

Pietūs 12.00 - 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (bulvės, morkos, žalieji žirneliai) sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis)	1-16/8M	150	1,76	2,08	12,35	75,19
Konvekciniėje krosnelėje keptas žuvies filė kukuliukas su padažu (tausojantis)	8-4/1	75/25	17,45	8,96	10,49	192,42
Pekininių kopūstų ir šviežių agurkų salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-5/1M	90	0,98	4,18	4,66	60,16
Virti nešlifuoti ryžiai su kepintomis morkomis	3-5/3	100	1,78	3,25	18,18	109,07
Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Geriamas vanduo	15-9/5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius *	14-34/1d	100	0,64	0,00	15,84	35,92
Iš viso:			23,89	18,85	70,38	516,74

Vakarienė 15.30-16.00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai, grietinė	5-7/1	120/20	8,93	9,39	41,42	285,89
Šviežių daržovių rinkinukas	2-60/1M	60	0,51	0,12	2,58	13,44
Raugintos pasūkos (0,7 % rieб.)	14-48/1	150	5,25	1,05	6,60	56,85
Iš viso:			14,69	10,56	50,60	356,18

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

52	41	167	1213
----	----	-----	------

*Vaisiai pateikiami sezoniniai. Vaisiai gali būti pateikiami 10-11 val.

* Šviežių daržovių rinkinuko sudėtyje sezoninės daržovės