

Tvirtinu:

Direktorius

**I savaitė
Pirmadienis****Pietūs**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška (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% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Troškinta vištiena su daržovėmis (morkos, svogūnai, žalieji žirneliai) (tausojantis)	9-3/3n	65/30	14.83	11.50	7.47	192.72
Iv.-IIv.	Šviežios morkos su kepintomis sezamo sėklomis ir cirtininiu užpilu	2-3/5.18	40/5	0.63	2.57	4.85	45.07
II v.	Virti kietagrūdžių kviečių makaronai su troškintomis daržovėmis ir kiauliena (tausoiantis)	10-3/1	150/40	15.23	16.23	32.18	335.73
Iv.-IIv.	Švieži agurkai *	2-23/1	40	0.28	0.00	1.12	5.60
I v.	Virti nešlifuoti ryžiai	3-5/2	120	2.24	2.32	22.85	121.23
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1.28	0.38	8.86	43.98
	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0.02	0.01	0.19	0.89
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:			I var.	21.41	23.83	69.68	578.79
			II var.	21.18	25.99	89.54	676.73

! * Švieži agurkai ne sezono metu keičiami į raugintus agurkus (techn. kort. Nr. 2-32/1d B-0,28 g; R-0,04 g; A-2,36 g; Kcal -10,92).

Tvirtinu:

Direktorius

**I savaitė
Antradienis****Pietūs**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Burokėlių sriuba (augalinis) *	1-1/2M	150	1.16	3.61	14.62	95.59
	Grietinė (30%rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Konvekciniėje krosnelėje keptas natūralus vištienos filė kepsnelis (tausojantis)	9-5/4	65	17.17	9.52	3.00	189.74
II v.	Mieliniai blynai su obuoliais, grietinė	5-7/1	120/25	9.63	14.01	44.54	342.79
Iv.- Iv.	Pekino kopūstai su pomidorais ir aliejaus užpilu	2-5/1M	40/6	0.51	4.11	2.56	49.22
Iv.- Iv.	Konservuoti žalieji žirneliai	2-61	40	1.96	0.08	6.32	33.84
I v.	Virti griekiai	3-1/1M	100	2.97	0.41	19.17	92.21
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0.96	0.29	6.65	32.99
	Raugintų pasukų kokteilis su vaisiais/uogomis	15-21	150	4.65	0.87	11.58	72.75
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		30.22	21.89	79.06	657.34
		II var.		22.17	22.27	118.04	761.17

! * **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).

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

Tvirtinu:

Direktorius

I savaitė
Trečiadienis

Pietūs

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (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	2.24	2.26	9.21	66.14
I v.	Virtas garuose kiaulienos maltinukas (tausojantis)	10-12/1n	70	17.38	9.41	5.89	177.77
I v.	Morkų padažas	13-8/2	35	1.05	3.50	3.48	49.59
	Rauginti kopūstai su aliejumi *	2-2/1	40/4	0.38	4.01	2.60	47.96
II v.	Bulvių plokštainis su grietine	10-16/3	250/40	8.00	10.10	59.10	360.00
	Virti burokėliai su švž. obuoliais ir saldžiarūgščių aliejaus užpilu	2-4/48	40/4	0.59	2.04	4.41	38.35
I v.	Virti griekiai	3-1/1M	100	2.97	0.41	19.17	92.21
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1.28	0.38	8.86	43.98
	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0.02	0.01	0.19	0.89
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		26.51	22.02	68.66	578.69
		II var.		13.11	18.80	99.22	619.12

! * **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).

Tvirtinu:

Direktorius

**I savaitė
Ketvirtadienis****Pietūs**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	1-9/1M	150	1.25	3.11	10.73	75.86
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Konvekciniėje krosnelėje keptas varškės (9% rieb.) pudingas, uogienė (tausojantis)	6-4/4	150/20	18.54	10.40	38.57	322.05
II v.	Virtas garuose natūralus omletas (tausojantis)	4-22M	120	12.65	10.82	12.49	197.92
II v.	Pomidorų padažas	13-1/1	30	0.35	0.05	8.10	34.21
I v.	Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys.) *	2-60/1M	80	1.38	0.10	6.36	31.86
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1.28	0.38	8.86	43.98
	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0.02	0.01	0.19	0.89
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		23.31	17.00	79.87	565.64
		II var.		17.77	17.47	61.89	475.72

* Šviežių daržovių rinkinuke daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniškumą.

Tvirtinu:

Direktorius

I savaitė
Penktadienis

Pietūs

	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	5.02	3.29	20.16	130.31
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Jūros lydekos filė maltinis virtas garuose (tausojantis)	8-2/1M	75	14.72	4.67	7.33	130.24
II v.	Virtas kiaulienos plovas		180	18.87	21.63	38.34	424.30
	Virti burokėliai su aliejaus užpilu	2-4/2M	40/4	0.64	3.04	4.30	47.12
	Šviežios morkos su obuoliais ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-3/6M8	40/4	0.07	4.01	1.49	42.29
	Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2.28	3.27	16.68	105.24
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1.28	0.38	8.86	43.98
	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0.00	0.00	0.00	0.00
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:			I var.	24.85	21.66	73.98	590.18
			II var.	25.44	34.97	79.45	735.02

Tvirtinu:

Direktorius

**II savaitė
Pirmadienis****Pietūs**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Lietuviški barščiai (augalinis)	1-2/1M	150	1.65	2.07	11.24	70.26
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Apkepti varškėčiai (9% rieb.), uogienė *	6-7/3	130/25	20.74	10.72	45.41	361.04
II v.	Virtas garuose kiaulienos maltinukas (tausojantis)	10-12/1n	70	17.38	9.41	5.89	177.77
II v.	Bulvių košė	4-1/1M	120	3.12	4.17	22.76	141.04
I- IIv	Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys.) *	2-60/1M	80	1.38	0.10	6.36	31.86
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0.96	0.29	6.65	32.99
	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0.00	0.00	0.00	0.00
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		25.57	16.18	84.82	587.15
		II var.		25.33	19.04	68.06	544.92

! * Apkepti varškėčiai su trintomis uogomis esant poreikiui gali būti keičiami į tausojančią patiekalą į virtus varškėčius su grietine (techn. kort. Nr. 6-3/3).

* Šviežių daržovių rinkinuke daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniskumą.

Tvirtinu:

Direktorius

**II savaitė
Antradienis****Pietūs**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Pomidorinė sriuba su nešlifuoti ryžiais (augalinis)	1-8/5M	150	1.59	3.25	16.84	102.96
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Kiaulienos guliašas (tausojantis)	10-14/4Mn	65/30	22.27	12.55	6.49	214.02
II v.	Bulvių plokštainis su grietine	10-16/3	250/40	8.00	10.10	59.10	360.00
IV.- IIv.	Pekinino kopūstai su paprika ir saldžiarūgščių aliejaus užpilu	2-5/2M8	40/4	0.46	2.57	2.55	35.16
IV.- IIv.	Konservuoti žalieji žirneliai	2-61	40	1.96	0.08	6.32	33.84
I v.	Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2.28	3.27	16.68	105.24
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0.96	0.29	6.65	32.99
	Nesaldintas kmyņu gėrimas su citrina	15-14/1	200/2	0.62	0.44	1.68	13.17
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		30.98	25.45	72.37	628.38
		II var.		14.43	19.73	108.30	669.12

Tvirtinu:

Direktorius

II savaitė
Trečiadienis

Pietūs

	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	3.08	11.02	77.31
	Grietinė (30% rieб.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Konvekciniėje krosnelėje kepta vištienos šlaunelė (tausojantis)	9-7/2M	85	17.03	9.50	0.09	153.97
II v.	Lietiniai su varškės (0.5% rieб.) įdaru, grietinė (30% rieб.)	5-5/2Md	170/30	21.91	16.33	56.81	461.86
II v.	Sezoninis vaisius	14-30/1	1 vnt.	0.52	0.00	12.87	53.56
I v.	Švieži kopūstai ir morkos su aliejaus užpilu	2-1/8K	40/5	0.52	4.01	2.83	49.49
	Šviežios morkos su obuoliais ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-3/6M8d	50/5	0.08	5.01	1.79	52.52
I v.	Virti nešlifuoti ryžiai	3-5/2	120	2.24	2.32	22.85	121.23
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1.28	0.38	8.86	43.98
	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0.00	0.00	0.00	0.00
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		23.36	27.30	62.60	589.50
		II var.		25.92	22.79	104.72	727.71

Tvirtinu:

Direktorius

II savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

	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	1.77	1.08	10.76	35.21
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Virtas garuose vištienos kumpelių kukulis (tausojantis)	9-9/3n	80	12.30	5.18	7.57	126.08
II v.	Konvekciniėje krosnelėje keptas varškės (9% rieb.) pudingas, uogienė (tausojantis)	6-4/4	150/20	18.54	10.40	38.57	322.05
I- IIv.	Virti burokėliai su švž. obuoliais ir saldžiarūgščių aliejaus užpilu	2-4/48	40/4	0.59	2.04	4.41	38.35
IV.- IIv.	Pekinino kopūstai su paprika ir saldžiarūgščių aliejaus užpilu	2-5/2M8	40/4	0.46	2.57	2.55	35.16
I v.	Virti griekiai	3-1/1M	100	2.97	0.41	19.17	92.21
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0.96	0.29	6.65	32.99
	Raugintų pasukų kokteilis su vaisiais/uogomis	15-21	150	4.65	0.87	11.58	72.75
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		24.54	15.44	77.85	523.75
		II var.		26.76	15.64	82.72	554.00

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

Tvirtinu:

Direktorius

II savaitė
Penktadienis

Pietūs

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Baltųjų pupelių sriuba (augalinis)	1-7/1M	150	4.29	2.17	19.91	116.30
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Konvekciniėje krosnelėje kepta jūros lydekų filė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	8-3/1	60/30	15.72	4.84	3.80	121.64
IIv.	Virti kietagrūdžiai makaronai su ciberžole ir sūriu (45% rieb.) (tausojantis)	5-1/9M	150/15	9.14	13.10	33.68	289.13
Iv.- IIv.	Švieži kopūstai ir agurkai su aliejaus užpilu	2-1/8M8	40/4	0.51	3.00	2.40	38.68
Iv.- IIv.	Virti burokėliai su švž. obuoliais ir saldžiarūgščių aliejaus užpilu	2-4/48	40/4	0.59	2.04	4.41	38.35
I v.	Bulvių košė	4-1/2M	100	2.60	2.39	18.97	107.78
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1.28	0.38	8.86	43.98
	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0.00	0.00	0.00	0.00
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:			I var.	25.83	17.82	73.51	557.73
			II var.	16.65	23.69	84.42	617.44

Tvirtinu:

Direktorius

III savaitė
Pirmadienis

Pietūs

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Raugintų kopūstų sriuba (augalinis)*	1-4/1	150	1.48	2.08	12.64	75.17
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Konvekciniėje krosnelėje keptas natūralus vištienos kepsnelis (tausojantis)	9-5/1	55	13.80	10.52	3.00	161.84
I- II v.	Šviežios morkos su kepintomis saulėgražomis ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-3/10M	40/4	0.83	3.02	5.08	50.80
II v.	Konvekciniėje krosnelėje keptas varškės (9% rieb.) pudingas, uogienė (tausojantis)	6-4/4	150/20	18.54	10.40	38.57	322.05
	Pekino kopūstai su šviežiais agurkais ir aliejaus užpilu	2-5/5	40/6	0.44	3.06	1.89	36.87
I v.	Virti nešlifuoti ryžiai	3-5/2	120	2.24	2.32	22.85	121.23
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1.28	0.38	8.86	43.98
	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0.02	0.01	0.19	0.89
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		20.93	24.39	69.67	581.78
		II var.		35.88	29.31	81.66	733.88

* **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).

Tvirtinu:

Direktorius

III savaitė
Antradienis

Pietūs

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Špinatų sriuba (augalinis)	1-24/1	150	1.05	3.11	8.14	64.74
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Virti varškės (0.5% rieb.) kukuliai, grietinė (30% rieb.) (tausojantis)	6-2/1	150/25	21.22	10.93	40.75	346.24
II v.	Virtas kiaulienos plovav		180	18.87	21.63	38.34	424.30
I- II v.	Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys.) *	2-60/1M	80	1.38	0.10	6.36	31.86
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1.28	0.38	8.86	43.98
	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0.02	0.01	0.19	0.89
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		24.51	17.15	70.60	534.73
		II var.		23.44	28.23	77.05	656.77

Tvirtinu:

Direktorius

III savaitė
Trečiadienis

Pietūs

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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	4.40	2.21	18.39	111.02
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Troškinta vištiena su žiediniais kopūstais ir morkomis (tausojantis)	10-2/1a	50/50	14.16	9.05	5.79	161.19
I v.	Virtų burokėlių skiltelės su citrininių užpilų	2-25/18	40/3	0.65	1.04	4.39	29.56
I v.	Šviežios morkos su obuoliais ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-3/6M9	40/6	0.06	3.00	1.48	33.19
I v.	Virti griekiai	3-1/3	100	2.75	3.38	17.75	112.38
II v.	Sklindžiai su obuoliais ir sėlenomis, uogienė	5-4/1Md	180/25	11.12	14.41	65.17	434.87
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0.96	0.29	6.65	32.99
	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0.00	0.00	0.00	0.00
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		23.82	21.97	69.61	571.33
		II var.		17.32	19.91	105.37	669.88

Tvirtinu:

Direktorius

III savaitė Ketvirtadienis

Pietūs

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Morkų sriuba su lęšiais (augalinis)	1-17/1	150	2.44	3.18	8.28	71.52
I v.	Virtas garuose kiaulienos maltinukas su daržovių (morkų, svogūnų) ir kiaušinių įdaru (tausojantis)	10-13/1M	100 (75/25)	14.63	8.54	7.08	163.69
Iv.	Švieži agurkai *	2-23/1	40	0.28	0.00	1.12	5.60
I v.	Švieži kopūstai ir pomidorai su aliejaus užpilu	2-1/6M	40/4	0.53	4.04	2.06	46.73
I v.	Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2.28	3.27	16.68	105.24
II v.	Lietinis su varškės (0.5% rie.) įdaru, grietinė (30% rie.)	5-5/2M	90/30	12.37	13.69	28.99	288.63
II v.	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0.96	0.29	6.65	32.99
	Raugintų pasukų kokteilis su vaisiais/uogomis	15-21	150	4.65	0.87	11.58	72.75
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		26.37	20.19	68.30	560.32
		II var.		21.62	18.03	85.20	589.49

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

! * Švieži agurkai ne sezono metu keičiami į raugintus agurkus (techn. kort. Nr. 2-32/1d B-0,28 g; R-0,04 g; A-2,36 g; Kcal -10,92).

Tvirtinu:

Direktorius

**III savaitė
Penktadienis****Pietūs**

	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	4.08	12.35	93.19
	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0.24	3.00	0.31	29.20
I v.	Konvekciniėje krosnelėje keptas žuvies kukulis (tausojantis)	8-4/1	75	16.97	4.45	7.33	137.22
I v.	Pekino kopūstai su šviežiais agurkais ir aliejaus užpilu	2-5/3	40/6	0.42	3.06	2.10	37.57
II v.	Virta pieniška dešrelė, pomidorų padažas	10-2/1	60/30	6.05	9.41	8.58	143.17
II v.	Virti kietagrūdžių kviečių makaronai (tausojantis)	5-10/1	100	3.60	1.60	20.01	108.84
	Konservuoti žalieji žirneliai	2-61	40	1.96	0.08	6.32	33.84
I v.	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	200	0.00	0.00	0.00	0.00
	Vaisius	14-30/1d	1 vnt.	0.60	0.00	14.85	61.80
Iš viso:		I var.		25.01	18.30	70.30	545.87
		II var.		15.91	21.61	73.38	551.59