

Tvirtinu:

Direktorius

**I savaitė
Pirmadienis****Pietūs**

| | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga (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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Troškinta vištiena su daržovėmis (morkos, svogūnai, žalieji žirneliai) (tausojantis) | 9-3/3dn | 80/40 | 25.21 | 7.89 | 7.09 | 200.18 |
| II v. | Virti kietagrūdžių kviečių makaronai su troškintomis daržovėmis ir kiauliena (tausojantis) | 10-3/1 | 150/40 | 15.23 | 16.23 | 32.18 | 335.73 |
| Iv.-IIv. | Šviežios morkos su kepintomis sezamo sėklomis ir cirtininiu užpilu | 2-3/5.1d | 50/6 | 0.93 | 4.12 | 5.88 | 64.29 |
| Iv.-IIv. | Švieži agurkai * | 2-23/1d | 50 | 0.35 | 0.00 | 1.40 | 7.00 |
| I v. | Virti nešlifuoti ryžiai | 3-5/2d | 150 | 2.80 | 3.40 | 28.56 | 156.04 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Stalo vanduo su citrina | 15-9/3d | 250/4 | 0.04 | 0.01 | 0.37 | 1.77 |
| | Vaisius | 14-30/1d | 1 vnt. | 0.60 | 0.00 | 14.85 | 61.80 |
| Iš viso: | | I var. | | 34.66 | 23.42 | 89.79 | 708.53 |
| | | II var. | | 21.88 | 28.36 | 86.32 | 688.04 |

! * 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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Konvekciniėje krosnelėje keptas natūralus vištienos filė kepsnelis (tausojantis)* | 9-5/4d | 80 | 16.36 | 10.72 | 3.03 | 174.02 |
| II v. | Mieliniai blynai su obuoliais, grietinė | 5-7/1 | 120/25 | 9.63 | 14.01 | 44.54 | 342.79 |
| Iv. | Pekino kopūstai su pomidorais ir aliejaus užpilu | 2-5/1Md | 50/7 | 0.64 | 5.13 | 3.07 | 61.03 |
| Iv. | Konservuoti žalieji žirneliai | 2-62 | 50 | 2.45 | 0.10 | 7.90 | 42.30 |
| I v. | Bulvių košė | 4-1/1M | 120 | 3.12 | 4.17 | 22.76 | 141.04 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | 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. | | 32.42 | 28.55 | 100.27 | 787.68 |
| | | II var. | | 20.12 | 27.57 | 111.12 | 773.11 |

! * **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. | 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 | 2.24 | 2.26 | 9.21 | 66.14 |
| | Grietinė (30% rieb.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Virtas garuose kiaulienos maltinukas (tausojantis) | 10-12/2n | 100 | 22.69 | 12.29 | 8.57 | 235.62 |
| | Morkų padažas | 13-8/22d | 40 | 1.31 | 4.71 | 4.59 | 65.99 |
| II v. | Bulvių plokštainis su grietine | 10-16/3 | 250/40 | 8.00 | 10.10 | 59.10 | 360.00 |
| I v. - II v. | Rauginti kopūstai su aliejumi * | 2-2/1d | 50/5 | 0.45 | 5.01 | 2.99 | 58.83 |
| I v. - II v. | Virti burokėliai su švž. obuoliais ir saldžiarūgščių aliejaus užpilu | 2-4/4d | 50/5 | 0.74 | 3.05 | 5.47 | 52.23 |
| I v. | Virti griekiai | 3-1/1M | 100 | 2.97 | 0.41 | 19.17 | 92.21 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Stalo vanduo su citrina | 15-9/3d | 250/4 | 0.04 | 0.01 | 0.37 | 1.77 |
| | Vaisius | 14-30/1d | 1 vnt. | 0.60 | 0.00 | 14.85 | 61.80 |
| Iš viso: | | I var. | | 34.48 | 31.69 | 87.68 | 773.74 |
| | | II var. | | 18.48 | 24.79 | 133.62 | 832.13 |

! * 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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Konvekciniėje krosnelėje keptas varškės (9% rieb.) pudingas, uogienė (tausojantis) | 6-4/4d | 170/30 | 21.44 | 14.47 | 50.10 | 416.43 |
| 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. - II v. | Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys) * | 2-60/1Md | 100 | 1.73 | 0.13 | 7.95 | 39.83 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Stalo vanduo su citrina | 15-9/3d | 250/4 | 0.04 | 0.01 | 0.37 | 1.77 |
| | Vaisius | 14-30/1d | 1 vnt. | 0.60 | 0.00 | 14.85 | 61.80 |
| Iš viso: | | I var. | | 28.50 | 21.67 | 106.46 | 734.84 |
| | | II var. | | 20.06 | 18.07 | 76.95 | 550.54 |

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

Tvirtinu:

Direktorius

I savaitė
Penktadienis

Pietūs

| | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga (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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Jūros lydekos filė maltinis virtas garuose (tausojantis) | 8-2/1Md | 100 | 19.62 | 4.56 | 9.61 | 157.97 |
| | Virti burokėliai su aliejaus užpilu | 2-4/2Md | 50/5 | 0.80 | 3.05 | 5.25 | 51.65 |
| II v. | Virtas kiaušienos plovas | | 180 | 18.87 | 21.63 | 38.34 | 424.30 |
| | Šviežios morkos su obuoliais ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu | 2-3/6M8d | 50/5 | 0.08 | 5.01 | 1.79 | 52.52 |
| I v. | Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai) | 3-10/3d | 150 | 3.89 | 4.45 | 28.25 | 168.60 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Geriamas vanduo | 15-9/5d | 250 | 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. | | 33.45 | 24.31 | 102.37 | 762.00 |
| | | II var. | | 28.81 | 36.93 | 102.85 | 859.73 |

Tvirtinu:

Direktorius

**II savaitė
Pirmadienis****Pietūs**

| | 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 | 2.07 | 11.24 | 70.26 |
| | Grietinė (30% rieb.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Apkepti varškėčiai (9% rieb.), uogienė * | 6-7/3d | 160/30 | 25.47 | 16.97 | 60.69 | 497.33 |
| 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- II v. | Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys) * | 2-60/1Md | 100 | 1.73 | 0.13 | 7.95 | 39.83 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Geriamas vanduo | 15-9/5d | 250 | 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. | | 32.89 | 23.12 | 117.19 | 808.37 |
| | | II var. | | 27.92 | 19.73 | 85.15 | 629.85 |

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

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

Tvirtinu:

Direktorius

**II savaitė
Antradienis****Pietūs**

| | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------|---|------------|------------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | Pomidorinė sriuba su nešlifuotais ryžiais (augalinis) | 1-8/5M | 150 | 1.59 | 3.25 | 16.84 | 102.96 |
| | Grietinė (30% rieb.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Kiaulienos guliašas (tausojantis) | 10-14/4Mdn | 75/35 | 27.01 | 20.00 | 7.60 | 318.42 |
| 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 saldžiarūgščiu aliejaus užpilu | 2-5/2Md | 50/6 | 0.57 | 4.09 | 3.06 | 51.33 |
| Iv.-IIv. | Konservuoti žalieji žirneliai | 2-62 | 50 | 2.45 | 0.10 | 7.90 | 42.30 |
| I v. | Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai) | 3-10/3d | 150 | 3.89 | 4.45 | 28.25 | 168.60 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Nesaldintas kmyņu gėrimas su citrina | 15-14/1d | 250/3 | 0.83 | 0.59 | 2.28 | 17.70 |
| | Vaisius | 14-30/1d | 1 vnt. | 0.60 | 0.00 | 14.85 | 61.80 |
| Iš viso: | | I var. | | 37.18 | 35.48 | 81.09 | 792.31 |
| | | II var. | | 17.48 | 22.08 | 126.49 | 775.24 |

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% rieb.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Konvekciniėje krosnelėje kepta vištienos šlaunelė (tausojantis) | 9-7/2Md | 110 | 21.97 | 14.61 | 0.14 | 219.96 |
| II v. | Lietiniai su varškės (0.5% rieb.) įdaru, grietinė (30% rieb.) | 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 | 2-1/8Kd | 50/6 | 0.65 | 5.01 | 3.41 | 61.36 |
| I v. | Šviežios morkos su obuoliais ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu | 2-3/6M8 | 40/4 | 0.07 | 4.01 | 1.49 | 42.29 |
| I v. | Virti nešlifuoti ryžiai | 3-5/2d | 150 | 2.80 | 3.40 | 28.56 | 156.04 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Geriamas vanduo | 15-9/5d | 250 | 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. | | 30.90 | 34.06 | 81.93 | 757.91 |
| | | II var. | | 30.64 | 26.76 | 146.57 | 949.72 |

! * Burokėlių salotos su raugintais agurkai 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).

Tvirtinu:

Direktorius

**II savaitė
Ketvirtadienis****Pietūs**

| | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga (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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Virtas garuose vištienos kumpelių kukulis (tausojantis) | 9-9/3dn | 100 | 16.76 | 9.36 | 9.45 | 189.08 |
| | Virti burokėliai su švž. obuoliais ir saldžiarūgščių aliejaus užpilu | 2-4/4d | 50/5 | 0.74 | 3.05 | 5.47 | 52.23 |
| II v. | Konvekinėje krosnelėje keptas varškės (9% rieb.) pudingas, uogienė (tausojantis) | 6-4/4 | 150/20 | 18.54 | 10.40 | 38.57 | 322.05 |
| I- IIv. | Pekinino kopūstai su paprika ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu | 2-5/2Md8 | 50/5 | 0.57 | 3.09 | 3.06 | 42.37 |
| | Virti griekiai | 3-1/1Md | 120 | 3.30 | 2.45 | 21.30 | 120.45 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | 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. | | 31.83 | 23.85 | 98.93 | 713.04 |
| | | II var. | | 32.30 | 18.75 | 119.52 | 751.41 |

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* **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 sezoniškumą.

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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Konvekcinėje krosnelėje kepta jūros lydekų filė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) | 8-3/1d | 90/45 | 23.69 | 9.77 | 6.65 | 209.27 |
| 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 | 2-1/8M8d | 50/5 | 0.64 | 4.01 | 2.88 | 50.10 |
| Iv.-IIv. | Virti burokėliai su švž. obuoliais ir saldžiarūgščių aliejaus užpilu | 2-4/4d | 50/5 | 0.74 | 3.05 | 5.47 | 52.23 |
| I v. | Bulvių košė | 4-1/2M | 100 | 2.60 | 2.39 | 18.97 | 107.78 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Geriamas vanduo | 15-9/5d | 250 | 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. | | 36.00 | 25.34 | 91.19 | 736.63 |
| | | II var. | | 21.45 | 28.67 | 118.22 | 816.49 |

Tvirtinu:

Direktorius

III savaitė
Pirmadienis

Pietūs

| | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Konvekinėje krosnelėje keptas natūralus vištienos kepsnelis (tausojantis) | 9-5/1d | 80 | 16.85 | 11.97 | 4.46 | 192.99 |
| II v. | Konvekinėje krosnelėje keptas varškės (9% rieb.) pudingas, uogienė (tausojantis) | 6-4/4 | 150/20 | 18.54 | 10.40 | 38.57 | 322.05 |
| I- II v. | Šviežios morkos su kepintomis saulėgražomis ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu | 2-3/10Md | 50/5 | 0.93 | 4.03 | 6.12 | 64.45 |
| | Pekino kopūstai su šviežiais agurkais ir aliejaus užpilu | 2-5/4 | 50/7 | 0.55 | 5.08 | 2.24 | 56.83 |
| I v. | Virti nešlifuoti ryžiai | 3-5/2d | 150 | 2.80 | 3.40 | 28.56 | 156.04 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Stalo vanduo su citrina | 15-9/3d | 250/4 | 0.04 | 0.01 | 0.37 | 1.77 |
| | Vaisius | 14-30/1d | 1 vnt. | 0.60 | 0.00 | 14.85 | 61.80 |
| Iš viso: | | I var. | | 26.69 | 30.52 | 91.70 | 748.20 |
| | | II var. | | 26.90 | 19.84 | 117.45 | 755.98 |

* **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. | Išėiga (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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Virti varškės (0.5% rieb.) kukuliai, grietinė (30% rieb.) (tausojantis) | 6-2/1d | 180/30 | 25.56 | 13.14 | 50.04 | 420.69 |
| II v. | Virtas kiaulienos plovas | | 180 | 18.87 | 21.63 | 38.34 | 424.30 |
| Iv.-IIv. | Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys) * | 2-60/1Md | 100 | 1.73 | 0.13 | 7.95 | 39.83 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Stalo vanduo su citrina | 15-9/3d | 250/4 | 0.04 | 0.01 | 0.37 | 1.77 |
| | Vaisius | 14-30/1d | 1 vnt. | 0.60 | 0.00 | 14.85 | 61.80 |
| Iš viso: | | I var. | | 32.42 | 20.34 | 103.81 | 727.98 |
| | | II var. | | 25.73 | 28.83 | 92.11 | 731.59 |

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

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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Troškinta vištiena su žiediniais kopūstais ir morkomis (tausojantis) | 10-2/1c | 70/70 | 19.96 | 16.88 | 9.56 | 269.97 |
| I v. | Virtų burokėlių skiltelės su citrininių užpilu | 2-25/1 | 50/4 | 0.81 | 2.05 | 5.34 | 43.09 |
| I v. | Šviežios morkos su obuoliais ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu | 2-3/6M9d | 50/6 | 0.07 | 3.00 | 1.78 | 34.42 |
| I v. | Virti griekiai | 3-1/3d | 150 | 4.18 | 5.57 | 26.98 | 174.77 |
| 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 | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Geriamas vanduo | 15-9/5d | 250 | 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. | | 37.86 | 35.87 | 117.75 | 945.24 |
| | | II var. | | 19.56 | 20.57 | 120.87 | 746.84 |

Tvirtinu:

Direktorius

**III savaitė
Ketvirtadienis****Pietūs**

| | 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 | 2.44 | 3.18 | 8.28 | 71.52 |
| I v. | Virtas garuose kiaulienos maltinukas su daržovių (morkų, svogūnų) ir kiaušinių įdaru (tausojantis) | 10-13/1M | 120 (90/30) | 26.59 | 23.36 | 12.78 | 367.66 |
| I v. | Švieži agurkai * | 2-23/1d | 50 | 0.35 | 0.00 | 1.40 | 7.00 |
| I v. | Švieži kopūstai ir pomidorai su aliejaus užpilu | 2-1/6Md | 50/4 | 0.66 | 4.05 | 2.56 | 49.35 |
| I v. | Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai) | 3-10/3d | 150 | 3.89 | 4.45 | 28.25 | 168.60 |
| II v. | Lietinis su varškės (0.5% riebi.) įdaru, grietinė (30% riebi.) | 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 | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | 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. | | 42.38 | 36.86 | 101.85 | 908.63 |
| | | II var. | | 23.86 | 18.69 | 100.70 | 666.45 |

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

!

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.) | 13-10/2 | 10 | 0.24 | 3.00 | 0.31 | 29.20 |
| I v. | Konvekciniėje krosnelėje žuvies filė kukuliukas su padažu (tausojantis) | 8-4/1d | 100/30 | 23.17 | 10.45 | 14.29 | 243.86 |
| 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 |
| I v. | Pekino kopūstai su šviežiais agurkais ir aliejaus užpilu | 2-5/3d | 50/5 | 0.56 | 3.08 | 2.21 | 38.81 |
| | Konservuoti žalieji žirneliai | 2-62 | 50 | 2.45 | 0.10 | 7.90 | 42.30 |
| I v. | Virti nešlifuoti ryžiai su kepintomis morkomis | 3-5/3d | 150 | 2.67 | 4.38 | 27.26 | 159.11 |
| | Pilno grūdo ruginė duona | 14-72/7 | 50 | 3.20 | 0.95 | 22.15 | 109.95 |
| | Geriamas vanduo | 15-9/5d | 250 | 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. | | 34.65 | 26.04 | 101.32 | 778.22 |
| | | II var. | | 18.46 | 22.22 | 88.36 | 627.26 |