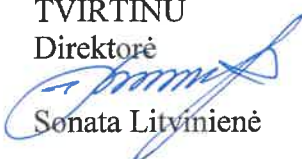


KRETINGOS RAJONO DARBŲNŲ GIMNAZIJA

Laukžemės g. 9, Darbėnai, 97265 Kretingos r. sav.

TVIRTINU

Direktore


Sonata Litvinienė

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1–3 metų

1 Savaitė, Pirmadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su cinamonu ir cukrumi TA	2.4.2	150.00	6.03	2.21	32.36	173
Sviestas (82%)	4.8	5.00	0.04	4.13	0.04	37
Duoniukai	15.3	15.00	1.26	0.36	12.3	57
Pupelių užtepėlė A	10.1	10.00	0.75	1.56	2.33	26
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.08	8.26	47.03	295

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis ir grietine 30% TA	1.1	150.00	2.45	3.56	26	146
Ruginė duona	12.3	20.00	1.54	0.28	10.5	51
Kiaulienos kumpinės mėsos mažylių balandėliai TA	3.1	80.00	15.29	7.22	6.47	152
Virtos bulvės TA	9.1	70.00	1.43	0.07	13.07	59
Kopūstų salotos su morkomis ir al. aliejumi (augalinis)	13.8	70.00	0.99	2.23	4.25	41
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	40.00	0.16	0.16	5.2	23
Iš viso:			21.86	13.52	65.49	471

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	7.1	100.00	6.46	6.14	26.92	189
Natūralaus jogurto padažas	4.9	20.00	0.95	0.51	0.91	12
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Iš viso:			7.61	6.85	34.33	229
Iš viso dienos davinio :			37.55	28.63	146.85	995

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Antradienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė TA	8.1	60.00	6.65	6.14	1.51	88
Žalieji žirneliai	13.5	30.00	1.19	0.12	5.77	29
Šviesi duona	12.4	20.00	1.06	0.16	10.84	49
Plėšoma sūrio dešrelė	15.5	20.00	4.2	5.6	0.04	67
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Iš viso:			13.5	12.12	23.66	258

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba TA; A	1.4	150.00	2.31	4.21	10.45	89
Skrebučiai	15.2	10.00	1.76	4.3	10.35	87
Kalakutienos šlaunelių mėsos - grikių troškinys TA	3.4	120.00	16.14	9.6	21.61	237
Agurkai (marinuoti)	13.22	70.00	8.18	15.3	65.74	433
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			28.39	33.41	108.15	847

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių apkepas su obuoliais ir cinamonu TA; A	15.8	90.00	4.47	3.01	45.53	227
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	10.00	0.08	0.05	2.26	10
Pienas 2,5%	14.7	140.00	4.76	3.5	6.86	78
Iš viso:			9.31	6.56	54.65	315
Iš viso dienos davinio :			51.2	52.09	186.46	1419

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Trečiadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su daržovių padažu TA; A	2.12	100.00	2.99	3.4	20.13	123
Natūralus jogurtas/jogurtas su priedais (2.5-3.5%)	15.18	125.00	3.43	3.25	8.04	75
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	14.3	150.00	0.04	0.02	0.46	2
Kriaušės	13.26	70.00	0.28	0.21	9.38	41
Iš viso:			6.74	6.88	38.01	241

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine 30% TA	1.6	150.00	1.53	3.56	11.95	86
Ruginė duona	12.3	20.00	1.54	0.28	10.5	51
Žuvies (riebios) filė maltinukas TA	3.5	60.00	14.44	11.48	6.1	185
Bulvių košė TA	9.2	60.00	1.41	2.24	10.54	68
Burokėlių sal. su obuoliais ir al. aliejumi (augalinis)	13.15	30.00	0.47	0.95	24.41	108
Virtos/keptos daržovės	13.2	30.00	1.08	0.14	2.23	15
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			20.47	18.65	65.73	513

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9%) TA	5.2	100.00	14.05	7.35	22.52	212
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	10.00	0.08	0.05	2.26	10
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	150.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	60.00	0.24	0.18	8.04	35
Iš viso:			14.37	7.58	32.82	257
Iš viso dienos davinio :			41.58	33.11	136.56	1011

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Ketvirtadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su moliūgais TA; A	2.14	100.00	2.9	3.58	16.76	111
Karštas sumuštinis su fermentiniu sūriu (45-50%) ir pomidorų padažu	12.1	50.00	5.13	9.69	11.76	155
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.03	13.27	28.52	266

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine 30% TA	1.9	150.00	1.19	3.51	7.22	65
Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių mėsa TA	3.9	150.00	14.66	3.43	25.12	190
Grietinė 30%	4.10	15.00	0.36	4.5	0.47	44
Kefyras 2.5%	14.5	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Morkų lazdelės / tarkuotos morkos	13.17	50.00	0.5	0.1	4.35	20
Iš viso:			21.81	15.29	44.51	403

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės (9%) pudingas TA	5.1	80.00	11.54	8.46	12.29	171
Jogurtas (padažas) (2.5-3.5%)	4.11	20.00	0.95	0.51	0.91	12
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	80.00	0.64	0.16	8.8	39
Iš viso:			13.13	9.13	22	223
Iš viso dienos davinio :			42.97	37.69	95.03	891

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Penktadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė TA	2.5.2	150.00	5.52	2.01	29.5	158
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	10.00	0.08	0.05	2.26	10
Sviestas (82%)	4.8	5.00	0.04	4.13	0.04	37
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	150.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Iš viso:			5.92	6.47	40.9	246

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių - perlinių kruopų sriuba su grietine 30% TA	1.7	150.00	3.67	3.72	14.25	105
Ruginė duona	12.3	20.00	1.54	0.28	10.5	51
Troškintas jautienos kumpinės mėsos maltinukas TA	3.8	60.00	14.77	8.29	5.05	154
Virti griekiai TA	9.9	60.00	3.17	0.78	17.47	90
Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	13.16	60.00	0.71	3.73	4.67	55
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	40.00	0.16	0.16	5.2	23
Iš viso:			24.02	16.96	57.14	477

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su pomidoru padažu TA; A	6.2	90.00	3.36	0.65	24.4	117
Paprikos raudonosios	13.35	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Kefyras 2.5%	14.5	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Obuoliai	13.31	40.00	0.16	0.16	5.2	23
Iš viso:			8.88	4.66	38.27	231
Iš viso dienos davinio :			38.82	28.09	136.31	953

Direktorė
Sonata Litvinienė



2 Savaitė, Pirmadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Penkių javų dribsnių košė su bananu TA; A	2.6	150.00	3.51	5.46	28.16	176
Šviesi duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45-50%)	12.6	35.00	3.2	7.09	11.08	121
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			6.71	12.55	39.24	297

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta batatų ir morkų sriuba TA	1.24	100.00	1.15	6.47	7.19	92
Skrebučiai	15.2	7.00	1.23	3.01	7.25	61
Vištienos šlaunelių mėsos guliašas TA	3.11	50.00	11.16	3.57	2.3	86
Bulvių košė TA	9.2	60.00	1.41	2.24	10.54	68
Kopūstų salotos su morkomis ir al. aliejumi (augalinis)	13.8	60.00	0.85	1.91	3.64	35
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Iš viso:			16.36	17.34	38.62	376

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (9%) TA	5.3	80.00	13.66	8.64	14.61	191
Jogurtas (padažas) (2.5-3.5%)	4.11	20.00	0.95	0.51	0.91	12
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	150.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Iš viso:			15.01	9.25	21.02	227
Iš viso dienos davinio :			38.08	39.14	98.88	900

Direktorė
Sonata Litvinienė



2 Savaitė, Antradienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi TA; A	2.15	80.00	4.54	5.89	25.32	172
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Plėšoma sūrio dešrelė	15.5	20.00	4.2	5.6	0.04	67
Kriaušės	13.26	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Iš viso:			8.94	11.64	32.06	269

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su grietine 30% TA	1.8	150.00	4.15	3.68	16.72	117
Ruginė duona	12.3	20.00	1.54	0.28	10.5	51
Keptas žuvies (liesa) apkepas TA	3.13	60.00	12.37	6.33	7.36	136
Virtos bulvės TA	9.1	60.00	1.22	0.06	11.2	50
Burokėlių salotos	13.14	30.00	0.51	0.94	26.15	115
Virtos/keptos daržovės	13.2	30.00	1.08	0.14	2.23	15
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	40.00	0.16	0.12	5.36	23
Iš viso:			21.03	11.55	79.52	506

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai	7.4	80.00	5.47	7.51	20.85	173
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	20.00	0.17	0.1	4.51	20
Pienas 2,5%	14.7	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			10.74	11.36	32.71	276
Iš viso dienos davinio :			40.71	34.55	144.29	1051

Direktorė
Sonata Litvinienė



2 Savaitė, Trečiadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu (45-50%) TA	8.2	80.00	9.8	11.63	3.82	159
Šviesi duona	12.4	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Agurkai (švieži)	13.18	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	14.3	150.00	0.04	0.02	0.46	2
Bananai	13.25	40.00	0.32	0.08	4.4	20
Iš viso:			12.07	12.05	25.86	260

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė su perlinėmis kruopomis ir grietine 30% TA	1.13	100.00	2.26	4.53	17.72	121
Ruginė duona	12.3	20.00	1.54	0.28	10.5	51
Kalakutienos mėsos maltinukas TA	3.23	60.00	14.02	9.38	1.82	148
Virti ryžiai TA	9.5	60.00	2	0.09	17.44	79
Morkų salotos su al. aliejumi (augalinis)	13.11	60.00	0.58	3.71	5.01	56
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			20.4	17.99	52.49	453

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su moliūgais ir pomidorų padažu TA; A	6.8.1	110.00	3.61	2.64	24.8	137
Pek. kopūstų sal. su agurkais ir al. aliejumi (augalinis)	13.13	30.00	0.37	2.18	0.81	24
Kefyras 2.5%	14.5	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Bananai	13.25	40.00	0.32	0.08	4.4	20
Iš viso:			9.4	8.65	37.36	265
Iš viso dienos davinio :			41.87	38.69	115.71	979

Direktorė
Sonata Litvinienė



2 Savaitė, Ketvirtadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi TA; A	2.10	100.00	2.42	3.67	11.82	90
Duoniukai	15.3	10.00	0.84	0.24	8.2	38
Varškės (9%) užtepėlė (saldi)	10.3	15.00	1.64	2.54	1.42	35
Kakava su pienu (2,5%) (saldinta)	14.4	150.00	2.71	2.03	7.76	60
Obuoliai	13.31	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Iš viso:			7.81	8.68	35.7	252

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su grietine 30% TA	1.16	150.00	6.77	6.62	19.65	165
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Jautienos ir kiaulienos kumpinės mėsos maltinukas TA	3.7	60.00	11.47	6.27	3.82	118
Virtos bulvės TA	9.1	60.00	1.22	0.06	11.2	50
Kopūstų salotos su agurkais ir al. aliejumi (augalinis)	13.12	40.00	0.54	1.28	1.91	21
Pomidorai (švieži)	13.19	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.71	14.73	53.97	439

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5%) sriuba su makaronais TA	1.26	100.00	3.3	1.89	10.71	73
Karštas sumuštinis su fermentiniu sūriu (45-50%) ir pomidorų padažu	12.1	50.00	5.13	9.69	11.76	155
Obuoliai	13.31	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Iš viso:			8.63	11.78	28.97	256
Iš viso dienos davinio :			39.15	35.19	118.64	948

Direktorė
Sonata Litvinienė



2 Savaitė, Penktadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė TA	2.4.3	150.00	6.03	2.21	28.92	160
Sviestas (82%)	4.8	5.00	0.04	4.13	0.04	37
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	20.00	0.17	0.1	4.51	20
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	60.00	0.48	0.12	6.6	29
Iš viso:			6.72	6.56	40.07	246

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su grietine (30%) TA	1.17	150.00	1.36	3.47	35.8	180
Ruginė duona	12.3	20.00	1.54	0.28	10.5	51
Vištienos mėsos maltinukas TA	3.16	60.00	16.55	3.32	2.26	105
Trošk. ryžių kruopos TA	9.4	60.00	1.88	1.6	16.14	86
Pomidorai (švieži)	13.19	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Agurkai (švieži)	13.18	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			21.87	8.79	66.62	433

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės (9%) spygliukai TA	5.4	90.00	11.63	6.45	23.07	197
Natūralaus jogurto padažas	4.9	20.00	0.95	0.51	0.91	12
Batonas	12.5	15.00	1.31	2.85	7.74	62
Pupelių užtepėlė A	10.1	10.00	0.75	1.56	2.33	26
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			14.64	11.37	34.05	297
Iš viso dienos davinio :			43.23	26.72	140.74	976

Direktorė
Sonata Litvinienė



3 Savaitė, Pirmadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su obuoliais ir cinamonu TA; A	2.13	100.00	2.91	3.55	20.34	125
Šviesi duona su sviestu (82%) ir daržovėmis	12.2	46.00	1.47	4.3	13.78	100
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	40.00	0.16	0.12	5.36	23
Iš viso:			4.54	7.97	39.48	248

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais ir grietine 30% TA	1.18.1	150.00	1.43	3.49	8.3	70
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Kiaulienos kumpinės mėsos maltinukas TA	3.18	60.00	13.94	6.1	3.49	125
Virti ryžiai TA	9.5	70.00	2.34	0.11	20.35	92
Troškinti šviežūs kopsūstai (augalinis)	13.20	70.00	1.52	1.98	9.31	61
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			21.54	12.1	57.2	424

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas TA	5.5	100.00	15.01	9.9	13.27	202
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	20.00	0.17	0.1	4.51	20
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	150.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	60.00	0.24	0.18	8.04	35
Iš viso:			15.42	10.18	25.82	257
Iš viso dienos davinio :			41.5	30.25	122.5	928

Direktorė
Sonata Litvinienė



3 Savaitė, Antradienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su cinamonu ir cukrumi TA	2.4.2	150.00	6.03	2.21	32.36	173
Kakava su pienu (2,5%) (saldinta)	14.4	150.00	2.71	2.03	7.76	60
Plėšoma sūrio dešrelė	15.5	20.00	4.2	5.6	0.04	67
Iš viso:			12.94	9.84	40.16	301

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su grietine (30%) TA	1.17	150.00	1.36	3.47	35.8	180
Ruginė duona	12.3	20.00	1.54	0.28	10.5	51
Jautienos kumpinės mėsos befstrogenas TA	3.91	70.00	14.2	10.17	2.95	160
Virtos bulvės TA	9.1	60.00	1.22	0.06	11.2	50
Agurkai (švieži)	13.18	35.00	0.28	0.07	0.81	5
Pomidorai (švieži)	13.19	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Iš viso:			19.3	14.21	67.99	477

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti daržovių piršteliai TA; A	3.80	100.00	6.92	4.71	33.25	203
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	150.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Iš viso:			7.48	4.85	40.95	237
Iš viso dienos davinio :			39.72	28.9	149.1	1015

Direktorė
Sonata Litvinienė



3 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis TA; A	2.16	100.00	2.16	3.39	16.78	106
Karštas sumuštinis su fermentiniu sūriu (45-50%) ir pomidorų padažu	12.1	50.00	5.13	9.69	11.76	155
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.29	13.08	28.54	261

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba TA; A	1.10	150.00	1.66	2.05	8.71	60
Ruginė duona	12.3	20.00	1.54	0.28	10.5	51
Plovas su kalakutienos šlaunelių mėsa TA	3.3	120.00	11	8.99	17.68	196
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	13.23	40.00	1.05	2.05	36.67	169
Agurkai (marinuoti)	13.22	40.00	4.67	8.74	37.56	248
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	40.00	0.16	0.16	5.2	23
Iš viso:			20.08	22.27	116.32	746

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai	7.4	90.00	6.16	8.45	23.45	194
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	20.00	0.17	0.1	4.51	20
Pienas 2,5%	14.7	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Obuoliai	13.31	30.00	0.12	0.12	3.9	17
Iš viso:			9.85	11.17	36.76	287
Iš viso dienos davinio :			37.22	46.52	181.62	1294

Direktorė
Sonata Litvinienė



3 Savaitė, Ketvirtadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas TA	8.3	70.00	8.47	9.49	5.18	140
Duoniukai	15.3	10.00	0.84	0.24	8.2	38
Pomidorai (švieži)	13.19	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Paprikos raudonosios	13.35	10.00	0.13	0.05	0.66	4
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	80.00	0.64	0.16	8.8	39
Iš viso:			10.28	9.98	23.66	226

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta morkų sriuba TA; A	1.22	100.00	0.83	3.42	7.24	63
Skrebučiai	15.2	10.00	1.76	4.3	10.35	87
Kalakutienos dešrelės TA; AP	3.22	70.00	15.12	4.2	0	98
Virti griokiai TA	9.9	65.00	3.44	0.85	18.92	97
Virtos/keptos daržovės	13.2	40.00	1.44	0.18	2.98	19
Morkų salotos su al. aliejumi (augalinis)	13.11	40.00	0.38	2.47	3.34	37
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.97	15.42	42.83	402

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtos bulvytės, apkeptos konvekciniame krosnyje, pagardintos žalumynais TA; A	3.5.4	150.00	3.45	3.18	30.46	164
Agurkai (švieži)	13.18	50.00	0.4	0.1	1.15	7
Kefyras 2.5%	14.5	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Apelsinai	13.24	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Iš viso:			9.35	7.13	44.46	279
Iš viso dienos davinio :			42.6	32.53	110.95	907

Direktorė
Sonata Litvinienė



3 Savaitė, Penktadienis**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi TA; A	2.15	80.00	4.54	5.89	25.32	172
Duoniukai	15.3	10.00	0.84	0.24	8.2	38
Tepamas lydytas sūris	10.4	20.00	2.4	4.27	1.2	53
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	30.00	0.12	0.09	4.02	17
Iš viso:			7.9	10.49	38.74	281

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių pomidorų sriuba su grietine 30% TA	1.27	150.00	1.43	4.59	10.84	90
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Žuvies (riebi, liesa) maltinukas TA	3.24	60.00	12.99	7.31	6.09	142
Virtos bulvės TA	9.1	60.00	1.22	0.06	11.2	50
Agurkai (marinuoti)	13.22	30.00	3.5	6.56	28.17	186
Burokėlių salotos	13.14	30.00	0.51	0.94	26.15	115
Vanduo	15.1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			21.96	19.88	98.2	660

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės (9%) blynėliai	5.7	90.00	10.12	11.46	15.78	207
Trintų braškių padažas su bananais	4.6	25.00	0.26	0.11	3.91	18
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	150.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Iš viso:			10.58	11.72	26.39	253
Iš viso dienos davinio :			40.44	42.09	163.33	1194

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Pirmadienis**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	
Barščiai su pupelėmis ir grietine 30% TA	1.1	150.00	2.45	3.56	26	146
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Kiaulienos kumpinės mėsos mažylių balandėliai TA	3.1	160.00	30.59	14.44	12.93	304
Rausvasis daržovių padažas	4.4	30.00	1.58	4.44	5.33	68
Virtos bulvės TA	9.1	130.00	2.65	0.13	24.27	109
Kopūstų salotos su morkomis ir al. aliejumi (augalinis)	13.8	80.00	1.14	2.55	4.86	47
Agurkai (švieži)	13.18	50.00	0.4	0.1	1.15	7
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			41.72	26.24	109.79	842

Pietūs (II) 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis ir grietine 30% TA	1.1	150.00	2.45	3.56	26	146
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Plovas su ankštinėmis daržovėmis TA; A; AP; AK	3.76	280.00	14.61	16.15	69.37	481
Kopūstų salotos su morkomis ir al. aliejumi (augalinis)	13.8	80.00	1.14	2.55	4.86	47
Agurkai (švieži)	13.18	50.00	0.4	0.1	1.15	7
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			21.51	23.38	136.63	843

Pietūs (III) 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis ir grietine 30% TA	1.1	150.00	2.45	3.56	26	146
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Varškės (9%) pudingas TA	5.1	250.00	36.05	26.45	38.42	536
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	30.00	0.25	0.15	6.77	29
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			41.66	31.18	106.44	873
Iš viso dienos davinio :			41.72	26.24	109.79	842
Iš viso dienos davinio (Pietūs 2):			21.51	23.38	136.63	843
Iš viso dienos davinio (Pietūs 3):			41.66	31.18	106.44	873

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Antradienis**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	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba TA; A	1.4	150.00	2.31	4.21	10.45	89
Skrebučiai	15.2	20.00	3.52	8.6	20.7	174
Kalakutienos šlaunelių mėsos - grikių troškinyje TA	3.4	200.00	26.89	16	36.02	396
Agurkai (marinuoti)	13.22	50.00	5.84	10.93	46.96	310
Pomidorai (švieži)	13.19	50.00	0.5	0.1	2.05	11
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			40.26	40.14	132.68	1053

Pietūs (II) 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba TA; A	1.4	150.00	2.31	4.21	10.45	89
Skrebučiai	15.2	20.00	3.52	8.6	20.7	174
Makaronų apkepas su daržovėmis ir sūriu (45-50%) TA	6.3	200.00	15.05	14.1	51.89	395
Agurkai (marinuoti)	13.22	50.00	5.84	10.93	46.96	310
Pomidorai (švieži)	13.19	50.00	0.5	0.1	2.05	11
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			28.42	38.24	148.55	1052

Pietūs (III) 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba TA; A	1.4	150.00	2.31	4.21	10.45	89
Skrebučiai	15.2	20.00	3.52	8.6	20.7	174
Lietiniai su bananų įdaru AP; AK	7.6.1	200.00	9.91	10.64	68.17	408
Trintų braškių padažas su bananais	4.6	40.00	0.42	0.18	6.26	28
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			17.36	23.93	122.08	773
Iš viso dienos davinio :			40.26	40.14	132.68	1053
Iš viso dienos davinio (Pietūs 2):			28.42	38.24	148.55	1052
Iš viso dienos davinio (Pietūs 3):			17.36	23.93	122.08	773

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Trečiadienis**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	
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine 30% TA	1.6	150.00	1.53	3.56	11.95	86
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Žuvies (riebios) filė kepsnelis TA	3.6	120.00	30.86	23.3	0	333
Bulvių košė TA	9.2	120.00	2.82	4.49	21.07	136
Burokėlių sal. su obuoliais ir al. aliejumi (augalinis)	13.15	60.00	0.93	1.9	48.82	216
Virtos/keptos daržovės	13.2	60.00	2.17	0.27	4.46	29
Kriaušės	13.26	150.00	0.6	0.45	20.1	87
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			41.22	34.39	122.15	963

Pietūs (II) 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine 30% TA	1.6	150.00	1.53	3.56	11.95	86
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Daržovių ir kruopų troškiny TA; A; AP; AK	3.75	400.00	17.18	15.72	85.22	551
Kriaušės	13.26	150.00	0.6	0.45	20.1	87
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			21.62	20.15	133.02	800

Pietūs (III) 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine 30% TA	1.6	150.00	1.53	3.56	11.95	86
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Virti varškėčiai (9%) TA	5.2	240.00	33.71	17.63	54.05	510
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	30.00	0.25	0.15	6.77	29
Kriaušės	13.26	150.00	0.6	0.45	20.1	87
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			38.4	22.21	108.62	788
Iš viso dienos davinio :			41.22	34.39	122.15	963
Iš viso dienos davinio (Pietūs 2):			21.62	20.15	133.02	800
Iš viso dienos davinio (Pietūs 3):			38.4	22.21	108.62	788

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Ketvirtadienis**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 su bulvėmis ir grietine 30% TA	1.9	150.00	1.19	3.51	7.22	65
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių mėsa TA	3.9	250.00	24.43	5.71	41.87	317
Natūralaus jogurto padažas	4.9	30.00	1.43	0.77	1.37	18
Kefyras 2.5%	14.5	200.00	6.8	5	9.8	111
Morkų lazdelės / tarkuotos morkos	13.17	50.00	0.5	0.1	4.35	20
Daržovės su jogurtu	13.7	50.00	0.71	0.23	1.78	12
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			38.57	16.04	98.64	693

Pietūs (II) 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 su bulvėmis ir grietine 30% TA	1.9	150.00	1.19	3.51	7.22	65
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Plovai su vištienos šlaunelių mėsa TA	3.74	200.00	21.37	12.83	29.47	319
Kefyras 2.5%	14.5	200.00	6.8	5	9.8	111
Morkų lazdelės / tarkuotos morkos	13.17	100.00	1	0.2	8.7	41
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			33.87	22.26	87.44	686

Pietūs (III) 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 su bulvėmis ir grietine 30% TA	1.9	150.00	1.19	3.51	7.22	65
Ruginė duona	12.3	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Makaronai su moliūgais ir pomidorų padažu TA A AP AK	6.8	250.00	8.2	6	56.37	312
Kefyras 2.5%	14.5	200.00	6.8	5	9.8	111
Morkų lazdelės / tarkuotos morkos	13.17	100.00	1	0.2	8.7	41
Daržovės su jogurtu	13.7	50.00	0.71	0.23	1.78	12
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			21.41	15.66	116.12	691
Iš viso dienos davinio :			38.57	16.04	98.64	693
Iš viso dienos davinio (Pietūs 2):			33.87	22.26	87.44	686
Iš viso dienos davinio (Pietūs 3):			21.41	15.66	116.12	691