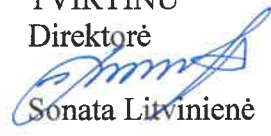


KRETINGOS RAJONO DARBŲNŲ GIMNAZIJA

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

TVIRTINU

Direktore


Sonata Litvinienė

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4–7 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	200.00	8.04	2.95	43.15	231
Sviestas (82%)	4.8	8.00	0.06	6.61	0.06	60
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	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.11	11.48	57.84	375

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 baltiniai TA	3.1	100.00	19.12	9.03	8.08	190
Virtos bulvės TA	9.1	90.00	1.84	0.09	16.8	75
Kopūstų salotos su morkomis ir al. aliejumi (augalinis)	13.8	90.00	1.28	2.87	5.46	53
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	40.00	0.16	0.16	5.2	23
Iš viso:			26.39	15.99	72.04	538

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	120.00	7.75	7.37	32.31	227
Natūralaus jogurto padažas	4.9	30.00	1.43	0.77	1.37	18
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	200.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Iš viso:			9.38	8.34	40.18	273
Iš viso dienos davinio :			45.88	35.81	170.06	1186

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	90.00	9.97	9.22	2.26	132
Žalieji žirneliai	13.5	50.00	1.98	0.2	9.62	48
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	200.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Iš viso:			17.61	15.28	28.26	321

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	140.00	18.83	11.2	25.22	277
Agurkai (marinuoti)	13.22	85.00	9.93	18.57	79.82	526
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			32.83	38.28	125.84	979

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	110.00	5.47	3.67	55.65	278
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	20.00	0.17	0.1	4.51	20
Pienas 2,5%	14.7	160.00	5.44	4	7.84	89
Iš viso:			11.08	7.77	68	386
Iš viso dienos davinio :			61.52	61.33	222.1	1686

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	150.00	4.49	5.1	30.2	185
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	200.00	0.05	0.03	0.61	3
Kriaušės	13.26	70.00	0.28	0.21	9.38	41
Iš viso:			8.25	8.59	48.23	303

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	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Žuvies (riebios) filė kepsnelis TA	3.6	80.00	20.57	15.53	0	222
Bulvių košė TA	9.2	90.00	2.12	3.37	15.8	102
Burokėlių sal. su obuoliais ir al. aliejumi (augalinis)	13.15	50.00	0.78	1.59	40.69	180
Virtos/keptos daržovės	13.2	40.00	1.44	0.18	2.98	19
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			28.75	24.65	87.17	686

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	130.00	18.26	9.55	29.28	276
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	30.00	0.25	0.15	6.77	29
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	200.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	60.00	0.24	0.18	8.04	35
Iš viso:			18.75	9.88	44.09	340
Iš viso dienos davinio :			55.75	43.12	179.49	1329

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	150.00	4.35	5.37	25.14	166
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	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.48	15.06	36.9	321

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	190.00	18.57	4.34	31.82	241
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	60.00	0.6	0.12	5.22	24
Iš viso:			25.82	16.22	52.08	458

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	100.00	14.42	10.58	15.37	214
Jogurtas (padažas) (2.5-3.5%)	4.11	30.00	1.42	0.76	1.36	18
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	200.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	80.00	0.64	0.16	8.8	39
Iš viso:			16.48	11.5	25.53	272
Iš viso dienos davinio :			51.78	42.78	114.51	1050

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	200.00	7.36	2.68	39.33	211
Sviestas (82%)	4.8	8.00	0.06	6.61	0.06	60
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	15.00	0.13	0.08	3.39	15
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	200.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Iš viso:			7.83	9.65	51.88	326

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	75.00	18.46	10.36	6.31	192
Virti griekiai TA	9.9	80.00	4.23	1.04	23.29	119
Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	13.16	80.00	0.94	4.98	6.22	73
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			28.84	20.38	60.57	541

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	150.00	5.6	1.08	40.66	195
Pomidorai (švieži)	13.19	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Paprikos raudonosios	13.35	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Kefyras 2.5%	14.5	200.00	6.8	5	9.8	111
Obuoliai	13.31	40.00	0.16	0.16	5.2	23
Iš viso:			13.15	6.43	58.46	344
Iš viso dienos davinio :			49.82	36.46	170.91	1211

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	200.00	4.68	7.28	37.54	234
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	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.88	14.37	48.62	355

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	80.00	17.85	5.71	3.69	138
Bulvių košė TA	9.2	80.00	1.88	2.99	14.05	91
Kopūstų salotos su morkomis ir al. aliejumi (augalinis)	13.8	80.00	1.14	2.55	4.86	47
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Iš viso:			23.81	20.87	44.74	462

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	100.00	17.08	10.8	18.26	239
Jogurtas (padažas) (2.5-3.5%)	4.11	30.00	1.42	0.76	1.36	18
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	200.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Iš viso:			18.9	11.66	25.12	281
Iš viso dienos davinio :			50.59	46.9	118.48	1098

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	100.00	5.67	7.36	31.65	216
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	200.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Plėšoma sūrio dešrelė	15.5	20.00	4.2	5.6	0.04	67
Iš viso:			10.07	13.11	38.39	312

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	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Keptas žuvis (liesa) apkepas TA	3.13	90.00	18.56	9.5	11.04	204
Virtos bulvės TA	9.1	80.00	1.63	0.08	14.94	67
Burokėlių salotos	13.14	50.00	0.85	1.56	43.58	192
Virtos/keptos daržovės	13.2	30.00	1.08	0.14	2.23	15
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	40.00	0.16	0.12	5.36	23
Iš viso:			28.74	15.5	109.62	693

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	30.00	0.25	0.15	6.77	29
Pienas 2,5%	14.7	200.00	6.8	5	9.8	111
Iš viso:			13.21	13.6	40.02	335
Iš viso dienos davinio :			52.02	42.21	188.03	1340

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	100.00	12.25	14.54	4.77	199
Šviesi duona	12.4	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Agurkai (švieži)	13.18	50.00	0.4	0.1	1.15	7
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	14.3	200.00	0.05	0.03	0.61	3
Bananai	13.25	40.00	0.32	0.08	4.4	20
Iš viso:			14.61	14.99	27.19	302

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	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Kalakutienos mėsos maltinukas TA	3.23	80.00	18.69	12.51	2.43	197
Virti ryžiai TA	9.5	80.00	2.67	0.12	23.26	105
Morkų salotos su al. aliejumi (augalinis)	13.11	90.00	0.86	5.56	7.52	84
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			26.79	23.14	66.68	582

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	150.00	4.92	3.6	33.82	187
Pek. kopūstų sal. su agurkais ir al. aliejumi (augalinis)	13.13	50.00	0.61	3.63	1.35	41
Kefyras 2.5%	14.5	200.00	6.8	5	9.8	111
Bananai	13.25	40.00	0.32	0.08	4.4	20
Iš viso:			12.65	12.31	49.37	359
Iš viso dienos davinio :			54.05	50.44	143.24	1243

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	150.00	3.62	5.51	17.72	135
Duoniukai	15.3	10.00	0.84	0.24	8.2	38
Varškės (9%) užtepėlė (saldī)	10.3	15.00	1.64	2.54	1.42	35
Kakava su pienu (2,5%) (saldinta)	14.4	200.00	3.61	2.71	10.34	80
Obuoliai	13.31	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Iš viso:			9.91	11.2	44.18	317

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	90.00	17.21	9.41	5.72	176
Virtos bulvės TA	9.1	80.00	1.63	0.08	14.94	67
Kopūstų salotos su agurkais ir al. aliejumi (augalinis)	13.12	50.00	0.68	1.6	2.39	27
Pomidorai (švieži)	13.19	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			29	18.21	60.09	520

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	200.00	6.59	3.78	21.42	146
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:			11.92	13.67	39.68	329
Iš viso dienos davinio :			50.83	43.08	143.95	1167

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	200.00	8.04	2.95	38.56	213
Sviestas (82%)	4.8	8.00	0.06	6.61	0.06	60
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	30.00	0.25	0.15	6.77	29
Apelsinai	13.24	60.00	0.48	0.12	6.6	29
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.83	9.83	51.99	332

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	80.00	22.07	4.42	3.01	140
Trošk. ryžių kruopos TA	9.4	80.00	2.5	2.14	21.52	115
Agurkai (švieži)	13.18	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Pomidorai (švieži)	13.19	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			28.19	10.47	73.39	501

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	120.00	15.51	8.6	30.76	262
Natūralaus jogurto padažas	4.9	30.00	1.43	0.77	1.37	18
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	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			19	13.78	42.2	369
Iš viso dienos davinio :			56.02	34.08	167.58	1201

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	150.00	4.37	5.33	30.51	187
Šviesi duona su sviestu (82%) ir daržovėmis	12.2	56.00	1.79	5.24	16.77	121
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	200.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	40.00	0.16	0.12	5.36	23
Iš viso:			6.32	10.69	52.64	332

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	85.00	19.75	8.64	4.95	177
Virti ryžiai TA	9.5	80.00	2.67	0.12	23.26	105
Troškinti šviežūs kopsūstai (augalinis)	13.20	85.00	1.84	2.41	11.3	74
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			28	15.08	63.56	502

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	130.00	19.51	12.87	17.26	263
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	30.00	0.25	0.15	6.77	29
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	200.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	60.00	0.24	0.18	8.04	35
Iš viso:			20	13.2	32.07	327
Iš viso dienos davinio :			54.32	38.97	148.27	1161

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	200.00	8.04	2.95	43.15	231
Kakava su pienu (2,5%) (saldinta)	14.4	200.00	3.61	2.71	10.34	80
Plėšoma sūrio dešrelė	15.5	20.00	4.2	5.6	0.04	67
Iš viso:			15.85	11.26	53.53	379

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	100.00	20.29	14.53	4.21	229
Virtos bulvės TA	9.1	100.00	2.04	0.1	18.67	84
Agurkai (švieži)	13.18	50.00	0.4	0.1	1.15	7
Pomidorai (švieži)	13.19	50.00	0.5	0.1	2.05	11
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	40.00	0.32	0.08	4.4	20
Iš viso:			26.45	18.66	76.78	581

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	130.00	9	6.12	43.23	264
Žolelių arbata (nesaldinta)	14.2	200.00	0	0	0	0
Bananai	13.25	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Iš viso:			9.56	6.26	50.93	298
Iš viso dienos davinio :			51.86	36.18	181.24	1258

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	150.00	3.24	5.09	25.17	159
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	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.37	14.78	36.93	314

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	140.00	12.83	10.49	20.63	228
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	13.23	50.00	1.31	2.56	45.83	212
Agurkai (marinuoti)	13.22	30.00	3.5	6.56	28.17	186
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Obuoliai	13.31	40.00	0.16	0.16	5.2	23
Iš viso:			21	22.1	119.04	759

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	100.00	6.84	9.39	26.06	216
Trintų braškių padažas/uogienė	4.5	30.00	0.25	0.15	6.77	29
Pienas 2,5%	14.7	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Obuoliai	13.31	30.00	0.12	0.12	3.9	17
Iš viso:			12.31	13.41	44.08	346
Iš viso dienos davinio :			41.68	50.29	200.05	1420

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	90.00	10.89	12.2	6.66	180
Duoniukai	15.3	20.00	1.68	0.48	16.4	77
Pomidorai (švieži)	13.19	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Paprikos raudonosios	13.35	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	200.00	0	0	0	0
Apelsinai	13.24	80.00	0.64	0.16	8.8	39
Iš viso:			13.77	13	34.41	310

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	150.00	1.25	5.13	10.86	95
Skrebučiai	15.2	10.00	1.76	4.3	10.35	87
Kalakutienos dešrelės TA; AP	3.22	90.00	19.44	5.4	0	126
Virti griekiai TA	9.9	80.00	4.23	1.04	23.29	119
Virtos/keptos daržovės	13.2	40.00	1.44	0.18	2.98	19
Morkų salotos su al. aliejumi (augalinis)	13.11	50.00	0.48	3.09	4.18	46
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			28.6	19.14	51.66	493

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	180.00	4.14	3.82	36.55	197
Agurkai (švieži)	13.18	80.00	0.64	0.16	1.84	11
Kefyras 2.5%	14.5	200.00	6.8	5	9.8	111
Apelsinai	13.24	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Iš viso:			11.98	9.08	53.69	344
Iš viso dienos davinio :			54.35	41.22	139.76	1147

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	100.00	5.67	7.36	31.65	216
Duoniukai	15.3	10.00	0.84	0.24	8.2	38
Tepamas lydytas sūris	10.4	30.00	3.6	6.4	1.8	79
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	200.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	40.00	0.16	0.12	5.36	23
Iš viso:			10.27	14.12	47.01	356

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	80.00	17.32	9.74	8.12	189
Virtos bulvės TA	9.1	80.00	1.63	0.08	14.94	67
Burokėlių salotos	13.14	50.00	0.85	1.56	43.58	192
Agurkai (marinuoti)	13.22	40.00	4.67	8.74	37.56	248
Vanduo	15.1	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			28.21	25.13	130.79	862

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	100.00	11.24	12.73	17.53	230
Trintų braškių padažas su bananais	4.6	35.00	0.37	0.16	5.48	25
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	14.1	200.00	0	0	0	0
Kriaušės	13.26	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Iš viso:			11.81	13.04	29.71	283
Iš viso dienos davinio :			50.29	52.29	207.51	1502

Direktorė
Sonata Litvinienė

