

I Savaitė
Pirmadienis

PUSRYČIAI 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	K 1	150	6,51	3,24	35,83	198,52
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	SU 2	25/5/10	1,99	4,55	11,15	93,51
Sezoniniai vaisiai		80	0,36	0,36	11,70	51,48
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,86	8,15	58,68	343,51

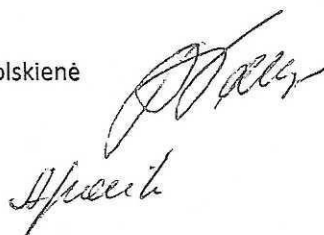
PIETŪS 12:00- 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	S 1	100	2,82	2	12,31	80,46
Viso grūdo ruginė duona		30	2,22	0,48	12,84	64,56
Kepti su garais vištienos kukuliai (tausojantis)	A 1	60	20,60	8,00	4,60	177,00
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	K 6/2	60	1,15	4,29	5,31	64,20
Pekino kopūstų ir porų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 5	60	0,4	1,7	1,26	22,26
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			27,19	16,47	36,32	408,48

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Virti varškėčiai (varškė 9 %) (tausojantis)	V 1	80	9,88	3,00	25,45	177,31
Nesaldintas jogurtas 2,5%		50	2,24	6,08	4,08	80,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	G 1	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,12	9,08	29,53	257,31
Iš viso (dienos davinio) :			48,17	33,70	124,53	1009,30

Direktorė
Audronė Tendzegolskienė



I Savaitė

Antradienis

PUSRYČIAI 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
	Nr.		Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu (82%)(tausojantis)	K 3	150	4,26	11,93	19,25	201,41
Sezoniniai vaisiai, uogos ,		80	0,68	0,68	22,1	97,24
Arbatžolių arbata be cukraus	G 1	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,29	12,61	41,35	298,65

PIETŪS 12:00 -13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Tiršta burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 3	100	1,35	2,95	9,5	70,5
Viso grūdo ruginė duona		20	1,56	0,32	8,56	43,36
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,47	0,25	0,45	5,93
Garuose virtas jautienos -kiaulienos kukulys (tausojantis)	A 3	60 (30/30)	11,6	12,6	5,04	189
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	K 1/3	60	4,16	2,51	23,22	132,11
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	SA 6	50	0,75	4,4	3,3	56
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			19,89	23,03	50,07	496,90

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Kepti orkaitėje avinžirnių-bulvių paplotėliai su morkomis (augalinis) (tausojantis)	V 3	150 (120/30)	8	1,5	21	134
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 %) su žalumynais	PA 2	30	2,24	6,08	4,08	80,08
Pienas 2,5%		100	2,80	2,50	4,70	53,00
Viso:			13,04	10,08	29,78	267,08
Iš viso (dienos davinio)			39,22	45,72	96,12	1062,63

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė




PUSRYČIAI 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandė niai g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	K 2	150	6,38	3,73	30,80	182,29
Nesaldintas jogurtas (2,5 %) su sezoniniais vaisiais ir razinomis	PA 1	100 (60/40)	3,32	1,67	16,68	95,05
Sezoniniai vaisiai,		80	0,32	0,32	10,40	45,76
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,02	5,72	57,88	323,1

PIETŪS 12:00- 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandė niai g	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	S 2	100	2,82	2,22	12,26	80,00
Viso grūdo ruginė duona		20	2,22	0,48	12,84	64,56
Grietinė 30%		10	0,26	3	0,26	29,00
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, kopūstai) troškinys (tausojantis)	A 2/2	100 (50/50)	10,00	4,40	10,78	122,60
Virtų burokėlių salotos su konservuotais agurkais (augalinis)	SA 9	50	1,20	4,46	5,53	67,14
Vanduo		100	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			16,50	14,56	41,67	363,30

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandė niai g	
Varškės (9%) ir morkų apkepas (tausojantis)	V 2	100 (60/40)	11,12	7	19,60	186,00
Nesaldintas jogurtas (2,5 %)		30	2,24	6,08	4,08	80,08
Nesaldinta arbatžolių arbata	G 1	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,36	13,08	23,68	266,08
Iš viso (dienos davinio) :			39,88	33,36	123,23	952,48

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė

[Signature]
[Signature]

PUSRYČIAI 9:00						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.		Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
		išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavand.	
		g	g	g	g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	K 4	180	4,50	3,21	35,60	168,50
Varškė 9%		60	10,80	6,32	2,43	109,80
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,47	0,25	0,45	5,93
Sezoniniai vaisiai, uogos		80	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,17	10,18	51,48	341,43

PIETŪS 12:00 -13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavand.	
		g	g	g	g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis)(tausojantis)	S 4	100	2	2,31	16	92,67
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,47	0,25	0,45	5,93
Viso grūdo ruginė duona		30	2,22	0,48	12,84	60,00
Keptas orkaitėje žuvies paplotėlis (tausojantis)	A 14	60	13,00	3,38	1,05	85,50
Bulvių košė(tausojantis)	K 11	80	2,00	4,80	15,40	114,80
Morkų ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu.	SA 2	60	1,71	0,72	6,74	33,00
Vanduo		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			21,40	11,94	52,48	391,90

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavand.	
		g	g	g	g	
Omletas (tausojantis)	V 4	100	18,23	18,09	16,13	300,24
Viso grūdo ruginė duona		20	2,22	0,48	12,84	64,56
Švieži agurkai(šaltuoju sezonu rauginti agurkai)		50	0,56	0,14	1,61	9,94
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			21,01	18,71	30,58	374,74
Iš viso (dienos davinio) :			58,58	40,83	134,54	1108,07

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė



PUSRYČIAI 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Trijų grūdų dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	K 5	150	3,18	2,13	16,34	97,2
Viso grūdo ruginė duona su sviestu ir kiaušiniu	SU 1	20/7/25	6,66	3,2	20	135,44
Sezoniniai vaisiai		80	0,36	0,36	11,70	51,48
Nesaldinta arbata	G 1	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,2	5,69	48,04	284,12

PIETŪS 12:00 -13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	S 5	100	1,26	3,79	7,49	68,66
Grietinė 30%		15	0,39	4,5	0,40	43,66
Kiaulienos plovai (60/100) (tausojantis)	A 5	120 (60/60)	7,2	4,6	31,78	197,00
Kopūstų, cukinijos salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 7	60	0,9	4,74	4,79	65,49
Viso grūdo ruginė duona		20	1,48	0,32	8,56	43,00
Vanduo		100	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			9,58	9,66	45,13	562,96

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Varškės (9%) -bulvių kukuliai (tausojantis)	V 5	150 (80/70)	95,6	6,63	18,40	169,00
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 %)	PAD 1	35	2,24	6,08	4,08	80,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			97,84	12,71	22,48	249,00
Iš viso (dienos davinio) :			117,62	28,06	115,65	1096,08

Direktorė
Audronė Tendzegolskienė




Pirmadienis

PUSRYČIAI 08:00 - 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	K 6	150	3,78	1,7	34	167
Varškė (9%) su kefyru (2,5%) ir trintais vaisiais/uogomis	PA 2	35/20/5	6,32	3,67	4,50	76,31
Sezoniniai vaisiai, uogos		60	0,48	0,48	15,60	55,00
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,58	5,85	54,1	298,31

PIETŪS 12:00- 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai	riebalai	angliavandeniai	Energetinė vertė Kcal
		g	g	g	g	
Rugštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 6	100	0,74	1,14	6,03	37,34
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,47	0,25	0,45	5,93
Viso grūdo ruginė duona		20	2,96	0,64	17,12	65,00
Garuose kepti vištienos maltinukai (tausojantis)	A 15	50	8,00	3,86	7,80	88,00
Birė perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	K 9	50	1,60	1,40	12,50	69,50
Morkų ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	SA 2	50	2,57	1,08	13,12	72,48
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			16,34	8,37	57,02	338,25

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Omletas (tausojantis)	V 4	100	13,84	13,8	12,3	230,76
Viso grūdo ruginė duona		30	2,22	0,48	12,84	64,56
Švieži agurkai(šaltuoju sezonu rauginti agurkai)		50	0,56	0,14	1,61	9,94
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso			16,62	14,42	26,75	305,26
Iš viso (dienos davinio) :			43,54	28,64	137,87	941,82

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė




Antradienis

PUSRYČIAI 08:00 - 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Kvietinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausoįantis)	K 8	150	4,2	2,4	27,86	149
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9%) ir obuoliais	SU 3	50 (20/20/10)	4,83	2,74	12,61	94,44
Sezoniniai vaisiai, uogos		90	0,36	0,36	11,70	51,48
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,39	5,5	52,17	294,92

PIETŪS 12:00-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausoįantis) (augalinis)	S 8	100	2,82	2,22	12,31	80,00
Grietinė (30%)		5	0,26	3	0,27	29,12
Viso grūdo ruginė duona		20	2,22	0,48	12,84	64,89
Su garais kepti netikri balandėliai (vištiena , ryžiai, kopūstai) (tausoįantis)	A 6	80 (60/5/15)	15,00	8,80	4,80	168,00
Žirnių kruopų ir bulvių košė (augalinis) (tausoįantis)	K 12	60	1,20	0,06	10,80	49,20
Kopūstų, morkų, salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 6	50	0,61	3,16	3,19	43,00
Vanduo		100	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			22,11	17,72	44,21	434,21

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Sklindžiai su varške (9%) (50 g.)	V 7	100	6,2	8,6	7,20	211,00
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20	0,94	0,50	0,90	11,86
Nesaldinta arbatžolių arbata	G 1	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,14	9,10	8,10	222,86
Iš viso (dienos davinio) :			38,64	32,32	104,48	951,99

Direktorė

Audronė Tenzegolskienė




Trečiadienis

PUSRYČIAI 08:00 - 09:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) augalinis)	K 7	120	1,98	5,32	17,60	126,20
Sezoniniai vaisiai,		80	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			2,38	5,72	30,6	183,4

PIETŪS 12:00-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis (tausojantis)	S 7	100	1,5	2,24	10,74	73,00
Viso grūdo ruginė duona		25	1,7	0,4	12,50	53,00
Garuose kepta žuvis (tausojantis)	A 4	60	9,00	11,00	0,25	167,00
Grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	K1/2	60	3,33	2,17	18,18	105,00
Virtų burokėlių salotos su ropiniais svogūnais (augalinis)(tausojantis)	SA 11	50	0,38	1,90	1,99	26,87
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			15,91	17,71	43,66	424,87

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9%) su aguonomis (tausojantis)	V 6	110	21,88	14,67	19,96	299,39
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		15	0,71	0,38	0,68	8,98
Nesaldinta arbatžolių arbata	G1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			22,59	15,05	20,64	308,37
Iš viso (dienos davinio) :			40,88	38,48	94,90	916,64

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė



Ketvirtadienis

PUSRYČIAI 08:00 - 09:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu ir obuoliu (tausojojantis)	K 2	110	6,51	3,24	35,83	198,57
Sezoniniai vaisiai, uogos,		90	0,36	0,36	11,70	51,48
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,87	3,6	47,53	250,05

PIETŪS 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojojantis)	S 5	100	3,26	2,78	13,11	90,00
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,47	0,25	0,45	5,93
Viso grūdo ruginė duona		20	2,22	0,48	12,84	55,00
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojojantis)	A 7	90 (60/30)	15,96	9,23	4,24	163,87
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojojantis)	K 4/2	60	2,60	1,50	14,50	81,90
Morkų cukinijų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 3	50	0,56	4,43	2,50	52,00
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			25,07	18,67	47,64	448,70

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (tausojojantis)	V 8	100	12,14	7,85	24,70	218,00
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		30	0,71	0,38	0,68	8,98
Pienas 2,5%		100	2,82	2,50	4,70	52,58
Iš viso:			15,67	10,73	30,08	279,56
Iš viso (dienos davinio):			47,61	33,00	125,25	978,31

Direktorė
Audronė Tendzegolskienė




Penktadienis

PUSRYČIAI 08:00 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.N r.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energeti nė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliava ndeniai	
Grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojojantis)	K 1/2	150	3,1	1,4	28	167
Sezoniniai vaisiai,		60	0,36	0,36	11,70	51,48
Pienas 2,5%		100	2,82	2,50	4,70	52,00
Iš viso:			3,46	1,76	39,7	270,48

PIETŪS 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.N r.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energeti nė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliava ndeniai	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojojantis) (augalinis)	S 2	100	2,5	2,19	9,90	69,33
Viso grūdo ruginė duona		20	1,48	0,32	8,56	43,04
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,47	0,25	0,45	5,93
Vištienos guliažas (tausojojantis)	A 8	100(60/40)	17,50	7,10	6,85	162,00
Orkaitėje keptos bulvės (augalinis) (tausojojantis)	K 13	50	1,17	2,60	10,00	80,00
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais (augalinis)	SA 9	60	0,90	0,39	1,60	18,90
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			24,02	12,85	37,36	379,20

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.N r.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energeti nė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliava ndeniai	
Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojojantis)	V 9	150	6,15	6,45	32,25	235,00
Kietas fermentinis sūris (45%)		10	4,75	4,00	0,04	55,16
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,90	10,45	32,29	290,16
Iš viso (dienos davinio) :			38,38	25,06	109,35	939,84

Direktorė

Audronė Tendzegolskienė




Pirmadienis

PUSRYČIAI 08:00 - 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	K 2	150	6,21	5,25	30,38	193,62
Sezoniniai vaisiai		60	0,32	0,32	10,40	45,76
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,53	5,57	40,78	239,38

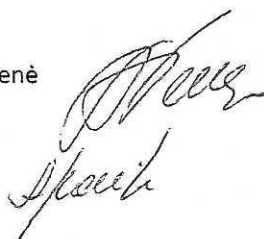
PIETŪS 12:00-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	S 1	100	2,82	2,22	12,00	80,00
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,47	0,25	0,45	5,93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,48	0,32	8,56	43,04
Plovas su vištiena (tausojantis)	A 9	100 (50/50)	11,25	5,23	12,84	145,00
Morkų ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	SA 2	60	1,71	0,72	8,74	48,28
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			17,73	8,74	42,59	322,25

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Pieniškos kiaulienos dešrelės (aukščiausia rūšis) (tausojantis)		50	12,6	18	0,36	215,00
Viso grūdo ruginė duona		20	1,42	0,76	1,36	17,80
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	K4	50	2,81	1,60	18,57	99,96
Konservuotas agurkas		30	0,56	0,14	1,61	9,95
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,39	20,50	21,90	342,71
Iš viso (dienos davinio) :			41,65	34,81	105,27	904,34

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė



Antradienis

PUSRYČIAI 08:00 - 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Biri grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	K 14	110	6,54	4,28	35,6	207,02
Varškė (9%) su kefyru (2,5%) ir trintais vaisiais /uogomis	PA 3	35/20/5	6,32	3,67	4,50	76,30
Sezoniniai vaisiai		60	0,36	0,36	11,70	51,48
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,22	8,31	51,8	334,8

PIETŪS 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 7	100	0,93	2,13	7,33	85,00
Viso grūdo ruginė duona		30	2,22	0,48	12,84	64,56
Su garais keptas žuvies maltinukas (tausojantis)	A 10	50	10,00	4,00	6,00	102,00
Virti ryžiai (tausojantis)	K 10	50	2,40	0,35	20,25	93,75
Virtų burokėlių salotos su konservuotais agurkais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 10	60	0,79	2,99	3,70	44,00
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			16,34	9,95	50,12	389,31

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Varškės (9%)-bulvių kukuliai (tausojantis)	V5	100(50/50)	8,67	6,83	19,00	174,00
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		50	2,36	1,26	2,26	33,00
Iš viso:			11,03	8,09	21,26	207,00
Iš viso (dienos davinio):			40,59	26,35	123,18	931,11

Direktorė



Trečiadienis

PUSRYČIAI 08:00 - 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) ir cinamonu (tausojantis)	K 6	150	3,96	1,78	36,15	176
Varškė(9%) su kefyru (2,5%)ir trintais vaisiais	PA 4	35/20/5	6,32	3,67	4,50	76,30
Sezoniniai vaisiai, uogos ,		60	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta arbata	G1	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,68	5,85	53,65	309,5

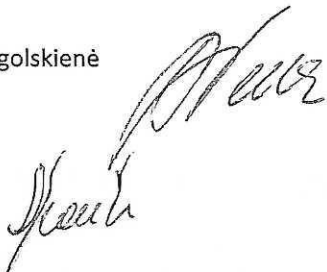
PIETŪS 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Tiršta burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 3	100	1,25	3,16	7,50	69,00
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,48	0,26	0,46	6,10
Viso grūdo ruginė duona		20	2,22	0,48	12,84	64,56
Orkaitėje su garais kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	A 11	50	6,50	5,50	4,35	96,00
Žirnių bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	K 12	50	2,50	0,85	7,50	65,00
Morkų ir cukinijų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 3	50	0,45	0,85	3,50	42,00
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			13,40	11,10	36,15	342,66

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Lietiniai blynai	V 10	120	8	4,8	42,00	250,00
Varškės (varškė 9%) padažas	PA 5	30	2,30	1,28	0,78	23,84
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,30	6,08	42,78	273,84
Iš viso (dienos davinio) :			34,38	23,03	132,58	926,00

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė



PUSRYČIAI 08:00 - 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
			g	g	g	
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu (82%) (tausojantis)	K 3	250	6	3,49	26	163,00
Sezoniniai vaisiai, uogos ,		100	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,4	3,89	39	220,2

PIETŪS 12:00 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
			g	g	g	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 11	100	2,48	3,88	13,82	95,00
Viso grūdo ruginė duona		20	2,22	0,48	12,84	64,56
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,48	0,26	0,46	6,10
Virtų bulvių cepelinai su vištienos įdaru (tausojantis)	A 12	100 (60/40)	8,20	2,00	22,00	139,00
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20	0,96	0,86	0,23	12,50
Traškios morkytės su traškia paprika		30/20	0,10	1,00	10,40	51,00
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			14,44	8,48	59,75	368,16

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
			g	g	g	
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	V 15	120	22,074	15,15	22,91	316,28
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		50	3,60	3,23	0,86	46,91
Nesaldinta arbata	G 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,67	18,38	23,77	363,19
Iš viso (dienos davinio) :			46,51	30,75	122,52	951,55

Direktorė
Audronė Tendzegolskienė



Penktadienis

PUSRYČIAI 08:00 - 0 9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	K 9	150	4,48	3,81	33	189
Kefyras (2,5%)		100	3,40	2,50	4,90	55,70
Sezoniniai vaisiai, uogos ,		50	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			8,28	6,71	50,9	301,9

PIETŪS 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 9	150	8,48	4,33	23,72	167,77
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,96	0,86	0,23	12,50
Viso grūdo ruginė duona		20	2,22	0,48	12,84	64,56
Vištienos šlaunelių mėsos troškinys su žaliais žirneliais, morkomis (tausojantis)	A 13	100 (55/45)	14,91	4,92	9,37	141,42
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	K 8	50	0,75	1,70	7,74	49,00
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 6	50	0,66	2,50	3,09	37,46
Vanduo		150	0,00	0,00	0	0
Iš viso:			27,98	14,79	56,99	472,71

VAKARIENĖ 15:00 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė Kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
		g	g	g	g	
Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	V 9	150	6,15	6,45	32,25	225,00
Kietas fermentinis sūris (45%)		10	2,88	2,80	0,04	36,88
Nesaldinta arbata	G1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,03	9,25	32,29	261,88
Iš viso (dienos davinio) :			45,29	30,75	140,18	1036,49

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė

