



Šiaulių „Santakos“ ugdymo centro

# 20 dienų VALGIARAŠTIS

11-18 metų vaikams

2026m.

Daržovės ir vaisiai keičiami pagal sezoniškumą

Parengė dietistė Laimutė Navikienė

Įstaigos darbo laikas

Nuo 0:00 iki 24:00 val.

Adresas: K.Kalinausko g. 17, Šiauliai

1 savaitė

Pirmadienis

Direktorė  
Lijana Giedraitienė

1

## Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Manų kr. košė su ryžių gėrimu  | K3.1    | 230g    | 7,88                        | 5,75         | 33,81              | 321,44               |
| Uogienė                        | 19P     | 40g     | 8,28                        | 9,90         | 26,22              | 220,35               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |         | <b>16,16</b>                | <b>15,65</b> | <b>60,03</b>       | <b>541,79</b>        |

## Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 15,2 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

## Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis) | S-1     | 150g    | 1,62                        | 3,18        | 10,81              | 72,37                |
| Viso grūdo ruginė duona                    | Š1      | 40g     | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                            |         |         | <b>4,58</b>                 | <b>3,82</b> | <b>27,93</b>       | <b>165,57</b>        |

## Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Troškiny su mėsa su padažu (tausojantis)    | A-1     | 100/100 | 24,69                       | 21,00        | 7,60               | 389,88               |
| Bulvių košė su pienu                        | Gar3    | 100g    | 3,22                        | 4,98         | 34,60              | 162,85               |
| Kopūstų salotos su pomidorais ir **aliejumi | GS-15   | 90g     | 1,16                        | 7,08         | 2,68               | 75,11                |
| Agurkas                                     | 36S     | 50g     | 0,40                        | 0,10         | 1,16               | 5,50                 |
| <b>Iš viso:</b>                             |         |         | <b>34,05</b>                | <b>36,98</b> | <b>73,97</b>       | <b>798,91</b>        |

## Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Varškės apkepas (tausojantis)  | A85     | 200g    | 12,85                       | 9,71         | 69,62              | 435,63               |
| Saldus grietinės 30% padažas   | 8P      | 40g     | 0,96                        | 12,00        | 1,24               | 117,20               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G-1     | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |         | <b>13,81</b>                | <b>21,71</b> | <b>70,86</b>       | <b>552,83</b>        |

## Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                 | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                       |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)        | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Užkepti sumuštiniai su dešra ir sūriu | Š9      | 120g    | 3,75                        | 12,45        | 19,65              | 318,50               |
| <b>Iš viso:</b>                       |         |         | <b>3,75</b>                 | <b>12,45</b> | <b>19,65</b>       | <b>318,50</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>                |         |         | <b>82,97</b>                | <b>87,39</b> | <b>252,39</b>      | <b>2324,03</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

Direktoriaus pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

1 savaitė  
Antradienis

Direktorė  
Lijana Glebauskienė

2

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) | K-13    | 230g   | 7,64                        | 6,87        | 42,28              | 276,08               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)                   | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Grūdų traputis su tepamu sūreliu                 | Š8      | 10/20  | 9,14                        | 6,64        | 8,22               | 127,70               |
| Iš viso:   |         |        | 16,78                       | 13,51       | 50,50              | 403,78               |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |     |     |      |       |
|---------|--|------|-----|-----|------|-------|
| Vaisiai |  | 200g | 1,8 | 0,6 | 28,8 | 116,4 |
|---------|--|------|-----|-----|------|-------|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                     | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Žirnių sriuba su daržovėmis (tausojantis) | S-3     | 150g   | 4,53                        | 3,33        | 16,69              | 109,69               |
| Viso grūdo ruginė duona                   |         | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| Iš viso:                                  |         |        | 7,49                        | 3,97        | 33,81              | 202,89               |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                     | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)   | A-2     | 100g   | 25,63                       | 39,08       | 4,29               | 369,85               |
| Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis) | G1      | 100g   | 2,14                        | 0,13        | 19,14              | 143,20               |
| Kepti burokėliai                          | 66S     | 100g   | 1,44                        | 0,10        | 9,54               | 20,80                |
| Pomidoras                                 | 37S     | 50g    | 0,50                        | 0,10        | 2,05               | 8,00                 |
| Iš viso:                                  |         |        | 37,20                       | 43,38       | 68,83              | 744,74               |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                               | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Keptos bulvės su troškintomis šaldytomis daržovėmis | AP1     | 180g   | 4,57                        | 6,36        | 22,50              | 290,21               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)                      | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso:  |         |        | 4,57                        | 6,36        | 22,50              | 290,21               |

Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Pica (tausojantis)             | 81A     | 200g   | 0,84                        | 0,24        | 8,20               | 759,76               |
| Iš viso:                       |         |        | 0,84                        | 0,24        | 8,20               | 759,76               |
| Iš viso dienos:                |         |        | 61,19                       | 64,09       | 178,83             | 2314,89              |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

Direktorius pavaduoja  
Irma Grabauskienė

1 savaitė  
Trečiadienis

Direktorė  
Lijana Giebrautienė  
*L. Giebrautienė*

3

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                  | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Avižinių dribsnių košė su avižų gėrimu | K-1.1   | 230g    | 8,02                        | 7,54         | 33,24              | 235,40               |
| Uogienė                                | 19P     | 40g     | 1,35                        | 0,45         | 21,60              | 79,20                |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)         | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Sūrio lazdelės Pik-Nik                 |         | 40g     | 10,24                       | 8,16         | 0,76               | 128,60               |
| <b>Iš viso:</b>                        |         |         | <b>19,61</b>                | <b>16,15</b> | <b>55,60</b>       | <b>443,20</b>        |

Priešpiečiai 11.00 val.

|                |  |      |      |     |       |     |
|----------------|--|------|------|-----|-------|-----|
| <b>Vaisiai</b> |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|----------------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                                | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Agurkų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) | S11     | 150g    | 1,68                        | 3,20        | 11,52              | 78,45                |
| Viso grūdo ruginė duona                              | Š1      | 40g     | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                                      |         |         | <b>4,64</b>                 | <b>3,84</b> | <b>28,64</b>       | <b>171,65</b>        |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                               | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kepta paukštiesios šlaunelė (tausojantis)           | A6      | 160g    | 32,07                       | 23,43        | 0,84               | 321,06               |
| Virti ryžiai su ciberžole                           | GS-4    | 100g    | 3,22                        | 4,98         | 34,60              | 168,85               |
| Pomidoras   | 37S     | 50g     | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir aliejumi | GS13    | 100g    | 1,18                        | 6,11         | 2,69               | 66,59                |
| <b>Iš viso:</b>                                     |         |         | <b>41,61</b>                | <b>38,46</b> | <b>68,82</b>       | <b>736,65</b>        |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                           | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Virtų bulvių ir varškės blynėliai (tausojantis) | M4      | 200g    | 10,68                       | 5,39         | 57,86              | 369,40               |
| Grietinė 30%                                    | P17     | 40g     | 0,96                        | 12,00        | 1,24               | 117,20               |
| Kefyras 2,5%                                    |         | 200g    | 6,80                        | 5,00         | 9,80               | 120,00               |
| <b>Iš viso:</b>                                 |         |         | <b>18,44</b>                | <b>22,39</b> | <b>68,90</b>       | <b>606,60</b>        |

Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |               |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|---------|-----------------------------|---------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g   | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)   | 1G      | 200g    | 0,00                        | 0,00          | 0,00               | 0,00                 |
| Šaldytos tešlos bandelė su džemu | 3K      | 100g    | 4,69                        | 28,77         | 32,40              | 403,79               |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |         | <b>4,69</b>                 | <b>28,77</b>  | <b>32,40</b>       | <b>403,79</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>           |         |         | <b>85,87</b>                | <b>106,37</b> | <b>253,60</b>      | <b>2302,24</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

*L. Navikienė*

Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

*I. Grabauskienė*

1 savaitė  
Ketvirtadienis

Direktorė  
Lijana Glebauskienė  
*L. Glebauskienė*

4

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kukurūzų kr. košė su avių gėrimu (taus) | K5      | 230g   | 11,32                       | 11,30       | 40,41              | 368,31               |
| Uogienė                                 | 19P     | 40g    | 0,13                        | 0,00        | 29,84              | 112,80               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)          | G-1     | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso:                                |         |        | 11,45                       | 11,30       | 70,25              | 481,11               |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 300g | 2,28 | 0,6 | 41,82 | 168 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                                 | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) | S6      | 150g   | 5,28                        | 2,87        | 18,09              | 106,16               |
| Viso grūdo ruginė duona                               | Š1      | 45g    | 3,33                        | 0,72        | 19,26              | 104,85               |
| Iš viso:  |         |        | 8,61                        | 3,59        | 37,35              | 211,01               |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                               | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kepta lašišos file (tausojantis)                    | A37     | 100g   | 26,11                       | 22,00       | 1,68               | 407,47               |
| Bulvių košė su pienu                                | Gar3    | 100g   | 2,14                        | 0,13        | 19,14              | 85,20                |
| Burokėlių salotos su moliūgų sėklomis ir **aliejumi | GS11    | 100g   | 2,50                        | 9,46        | 9,06               | 121,48               |
| Pomidoras   | 37S     | 50g    | 0,50                        | 0,10        | 2,05               | 8,50                 |
| Iš viso:  |         |        | 39,86                       | 35,28       | 69,28              | 833,66               |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Miltinukai                     | 71A     | 200g   | 11,38                       | 5,80        | 65,15              | 345,55               |
| Sviesto-grietinės padažas      | 5P      | 40g    | 0,84                        | 21,08       | 1,36               | 197,88               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso:                       |         |        | 12,22                       | 26,88       | 66,51              | 543,43               |

Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Sviestinis kruasanas           |         | 140g   | 18,00                       | 10,50       | 4,05               | 232,50               |
| Iš viso:                       |         |        | 18,00                       | 10,50       | 4,05               | 232,50               |
| Iš viso dienos:                |         |        | 83,81                       | 84,56       | 251,91             | 2258,70              |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

*Nav*

Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

*IG*

1 savaitė  
Penktadienis

Direktorė  
Lijana Giedraitienė  
5

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                     | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kvietinių kr.košė su avižų gėrimu         | K8.1    | 230g    | 14,97                       | 21,23       | 7,33               | 378,84               |
| Pilno grūdo duons su sviestu ir kiaušiniu | Š3      | 45/7/35 | 10,73                       | 16,30       | 20,02              | 177,68               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)            | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso:                                  |         |         | 25,70                       | 37,53       | 27,35              | 556,52               |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Burokėlių sriuba su grietine (tausojantis) | S-3     | 150g   | 1,62                        | 4,92        | 11,43              | 91,49                |
| Viso grūdo ruginė duona                    | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| Iš viso:                                   |         |        | 4,58                        | 5,56        | 28,55              | 184,69               |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kiaulienos kepsnys (tausojantis) | A-2     | 100g   | 25,63                       | 39,08       | 4,29               | 469,85               |
| Virtos bulvės                    | G1      | 100g   | 2,14                        | 0,13        | 19,14              | 85,20                |
| Morkų salotos su česnaku         | GS9     | 100g   | 1,28                        | 8,16        | 6,54               | 107,37               |
| Pomidoras                        | 37S     | 50g    | 0,50                        | 0,10        | 2,05               | 8,00                 |
| Iš viso:                         |         |        | 34,13                       | 53,03       | 60,57              | 855,11               |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
| Iš viso:              |         |        | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |

Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
| Iš viso:              |         |        | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso dienos:       |         |        | 61,35                       | 91,16       | 115,80             | 1523,63              |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

*Navikienė*

Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

*Grabauskienė*

2 savaitė  
Pirmadienis

Direktorė  
Lijana Glebaraitienė  
*L. Glebaraitienė*

6

**Pusryčiai 9.10 val.**

| Patiekalo pavadinimas                  | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Avižinių dribsnių košė su avižų gėrimu | K1.1    | 230g   | 7,88                        | 5,75        | 33,81              | 361,44               |
| Uogienė                                | 19P     | 40g    | 0,15                        | 0,00        | 26,22              | 109,60               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)         | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                        |         |        | <b>8,03</b>                 | <b>5,75</b> | <b>60,03</b>       | <b>471,04</b>        |

**Priešpiečiai 11.00 val.**

|                |  |      |      |     |       |     |
|----------------|--|------|------|-----|-------|-----|
| <b>Vaisiai</b> |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|----------------|--|------|------|-----|-------|-----|

**Sriubos 12.30 val.\***

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Špinatų sriuba su daržovėmis (tausojantis) | S6      | 150g   | 5,26                        | 3,38        | 18,07              | 110,36               |
| Viso grūdo ruginė duona                    | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                            |         |        | <b>8,22</b>                 | <b>4,02</b> | <b>35,19</b>       | <b>203,56</b>        |

**Pietūs 12.40 val.\***

| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Apkepti natūralus kotletai su sūriu (tausojantis) | 7A      | 100g   | 25,42                       | 6,11         | 4,06               | 398,97               |
| Bulvių košė su pienu                              | Gr3     | 100g   | 3,22                        | 4,98         | 34,60              | 168,85               |
| Raudonų kopūstų, morkų salotos ir aliejumi**      | GS13    | 100g   | 1,18                        | 6,11         | 2,69               | 76,59                |
| Pomidoras   | 37S     | 50g    | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| <b>Iš viso:</b>                                   |         |        | <b>38,54</b>                | <b>21,32</b> | <b>78,59</b>       | <b>856,47</b>        |

**Vakarienė 16.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Kepti varškėčiai               | A83     | 200g   | 16,55                       | 20,28        | 73,10              | 542,77               |
| Grietinė 30%                   | 17P     | 40g    | 0,96                        | 12,00        | 1,24               | 117,20               |
| <b>Iš viso:</b>                |         |        | <b>17,51</b>                | <b>32,28</b> | <b>74,34</b>       | <b>659,97</b>        |

**Naktiečiai 19.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Marmurinis keksiukas           |         | 70g    | 5,25                        | 12,45        | 19,65              | 218,50               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |        | <b>5,25</b>                 | <b>12,45</b> | <b>19,65</b>       | <b>218,50</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>         |         |        | <b>70,85</b>                | <b>72,40</b> | <b>260,49</b>      | <b>2317,98</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

*Navikienė*

Direktoriaus pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

*Irma Grabauskienė*

2 savaitė  
Antradienis

Direktorė  
Lijana Giedraitienė  
*L. Giedraitienė*

7

**Pusryčiai 9.10 val.**

| Patiekalo pavadinimas               | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                     |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Manų kr.košė su ryžių gėrimu        | K9.1    | 230     | 7,57                        | 7,18         | 56,81              | 301,94               |
| Pilno grūdo duona su tepamu sūreliu | Š1.1    | 45/30   | 8,28                        | 9,90         | 26,22              | 226,35               |
| Kakava su pienu                     | 4G      | 200g    | 3,18                        | 2,51         | 14,41              | 88,58                |
| Uogienė                             | 19P     | 40g     | 0,11                        | 0,00         | 26,11              | 98,7                 |
| <b>Iš viso:</b>                     |         |         | <b>15,96</b>                | <b>19,59</b> | <b>123,55</b>      | <b>715,57</b>        |

**Priešpiečiai 11.00 val.**

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 300g | 2,28 | 0,9 | 41,82 | 168 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

**Sriubos 12.30 val.\***

| Patiekalo pavadinimas        | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                              |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Burokėlių sriuba su grietine | S3      | 150g    | 1,62                        | 4,92        | 11,43              | 91,49                |
| Viso grūdo ruginė duona      | 1Š      | 40g     | 2,96                        | 0,64        | 17,06              | 86,08                |
| <b>Iš viso:</b>              |         |         | <b>4,58</b>                 | <b>5,56</b> | <b>28,49</b>       | <b>177,57</b>        |

**Pietūs 12.40 val.\***

| Patiekalo pavadinimas                                    | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Troškinta kalakutiena su pupelėmis/lęšiais (tausojantis) | A4      | 100/100 | 28,16                       | 19,16        | 10,34              | 374,96               |
| Virtos bulvės (tausojantis)                              | 7Gar    | 90g     | 5,07                        | 4,54         | 27,75              | 169,36               |
| Kopūstų salotos su morkomis ir aliejumi (augalinis)      | 5S      | 100g    | 1,47                        | 9,88         | 5,95               | 109,80               |
| <b>Iš viso:</b>  |         |         | <b>39,28</b>                | <b>39,14</b> | <b>72,53</b>       | <b>831,69</b>        |

**Vakarienė 16.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                        | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Cepelinai virtų bulvių su mėsa (tausojantis) | 50A     | 200g    | 12,48                       | 6,60         | 44,75              | 324,12               |
| Sviesto- grietinės padažas                   | 8P      | 40g     | 0,84                        | 21,08        | 1,36               | 97,88                |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)               | 1G      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                              |         |         | <b>13,32</b>                | <b>27,68</b> | <b>46,11</b>       | <b>422,00</b>        |

**Naktiečiai 19.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Naminiai vafiliai (kepami)     |         | 100g    | 5,30                        | 1,00         | 31,20              | 167,50               |
| <b>Iš viso:</b>                |         |         | <b>5,30</b>                 | <b>1,00</b>  | <b>31,20</b>       | <b>167,50</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>         |         |         | <b>76,14</b>                | <b>88,31</b> | <b>315,21</b>      | <b>2304,76</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

*L. Navikienė*

Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

*I. Grabauskienė*

2 savaitė

Trečiadienis

Direktorė  
Lijana Gledraitienė



8

## Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Miežinių kruopų košė su avių gėrimu (taus) | K7      | 300g   | 12,93                       | 10,35       | 55,86              | 398,16               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)             | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Sūrio lazdelės Pik-Nik                     |         | 40g    | 10,24                       | 8,16        | 1,60               | 128,60               |
| Iš viso:                                   |         |        | 23,17                       | 18,51       | 57,46              | 526,76               |

## Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

## Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis) | S4      | 150g   | 2,04                        | 3,22        | 9,22               | 72,57                |
| Viso grūdo ruginė duona                    | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| Iš viso:                                   |         |        | 5,00                        | 3,86        | 26,34              | 165,77               |

## Pietūs 12.40 val.\*

| Pietų patiekalo pavadinimas               | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Vištienos ir ryžių užkepėlė (tausojantis) | 105A    | 200g   | 49,39                       | 27,73       | 57,08              | 625,34               |
| Pomidoras                                 | S37     | 50g    | 0,50                        | 0,10        | 2,05               | 8,50                 |
| Agurkas                                   | S36     | 50g    | 0,40                        | 0,10        | 1,15               | 5,50                 |
| Iš viso:                                  |         |        | 55,29                       | 31,79       | 86,62              | 805,11               |

## Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                        | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Lietiniai su varške (tausojantis, varškė 9%) | 74A     | 240g   | 34,32                       | 16,85       | 55,87              | 539,93               |
| Saldus grietinės padažas                     | 8P      | 50g    | 0,96                        | 12,00       | 1,24               | 117,20               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)               | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso:                                     |         |        | 35,28                       | 28,85       | 57,11              | 657,13               |

## Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Bandelė su obuoliais (kepama)  | 8K      | 100g   | 5,17                        | 9,92        | 40,15              | 224,17               |
| Iš viso:                       |         |        | 5,17                        | 9,92        | 40,15              | 224,17               |
| Iš viso dienos:                |         |        | 120,43                      | 89,67       | 269,22             | 2325,17              |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė



Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė



2 savaitė  
Ketvirtadienis

Direktorė  
Lijana Giesraitienė



9

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                        | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Penkių javų košė su avižų gėrimu (taus)      | K8      | 200g    | 5,55                        | 5,34         | 35,30              | 202,36               |
| Trintos uogos                                |         | 60g     | 0,52                        | 0,22         | 9,83               | 40,04                |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)               | 1G      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Pilno grūdo duona su sv.ir fermentiniu sūriu | Š4.1    | 45/7/35 | 10,73                       | 16,30        | 20,02              | 277,68               |
| <b>Iš viso:</b>                              |         |         | <b>16,80</b>                | <b>21,86</b> | <b>65,15</b>       | <b>520,08</b>        |

Priešpiečiai 11.00 val.

|                |  |      |      |     |       |     |
|----------------|--|------|------|-----|-------|-----|
| <b>Vaisiai</b> |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|----------------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis) | 12Sr    | 150g    | 1,68                        | 3,20        | 11,52              | 78,45                |
| Viso grūdo ruginė duona                    | Š1      | 40g     | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                            |         |         | <b>4,64</b>                 | <b>3,84</b> | <b>28,64</b>       | <b>171,65</b>        |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                    | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Tarkuotų bulvių plokštainis su kiauliena | 45A     | 220g    | 23,63                       | 23,40        | 46,43              | 483,35               |
| Sviesto ir grietinės padažas             | 5P      | 50g     | 1,05                        | 26,35        | 1,69               | 247,35               |
| Pomidoras                                | S37     | 50g     | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Agurkas                                  | S36     | 50g     | 0,40                        | 0,10         | 1,15               | 5,50                 |
| <b>Iš viso:</b>                          |         |         | <b>30,22</b>                | <b>53,79</b> | <b>79,96</b>       | <b>916,35</b>        |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Troškinta žuvis su daržovėmis  | 39A     | 100/100 | 13,77                       | 22,84        | 7,56               | 379,25               |
| Viso grūdo duona su sviestu    | Š1      | 45/8    | 3,39                        | 7,33         | 19,32              | 134,37               |
| Pomidoras                      | S37     | 50      | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200     | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |         | <b>17,66</b>                | <b>30,27</b> | <b>28,93</b>       | <b>522,12</b>        |

Naktipiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |               |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|---------|-----------------------------|---------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g   | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00          | 0,00               | 0,00                 |
| Sviestinis kruasanas           |         | 90g     | 21,21                       | 12,82         | 20,54              | 268,12               |
| <b>Iš viso:</b>                |         |         | <b>21,21</b>                | <b>12,82</b>  | <b>20,54</b>       | <b>268,12</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>         |         |         | <b>87,41</b>                | <b>119,34</b> | <b>222,46</b>      | <b>2338,67</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė



Direktoriaus pavaduotoja  
Irma Grabauskienė



2 savaitė

Penktadienis

Direktorė  
Laimutė Grabauskienė

10

## Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                    | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kukurūzų kruopų košė su avių gėrimu      | K1.2    | 230g   | 7,18                        | 8,11         | 36,24              | 239,04               |
| Uogienė                                  | 19P     | 50g    | 0,06                        | 0,00         | 14,18              | 135,00               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)           | 1G      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Smulkinti bananai su trintomis braškėmis | Š5      | 100/80 | 6,31                        | 3,00         | 15,94              | 215,28               |
| <b>Iš viso:</b>                          |         |        | <b>13,55</b>                | <b>11,11</b> | <b>66,36</b>       | <b>589,32</b>        |

## Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

## Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas         | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                               |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Daržovių sriuba (tausojantis) | 24Sr    | 150g   | 1,56                        | 3,30        | 11,43              | 76,91                |
| Viso grūdo ruginė duona       | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>               |         |        | <b>4,52</b>                 | <b>3,94</b> | <b>28,55</b>       | <b>170,11</b>        |

## Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Troškiny (jautiena) su padažu (tausojantis) | 1A      | 100/60 | 33,79                       | 21,13        | 6,17               | 343,76               |
| Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)   | 8Gar    | 100g   | 5,77                        | 5,24         | 22,27              | 165,98               |
| Burokėlių salotos su raugintais kopūstais   | 19S     | 100g   | 2,18                        | 0,73         | 5,84               | 30,34                |
| Agurkas                                     | 36S     | 50g    | 0,40                        | 0,10         | 1,15               | 8,50                 |
| <b>Iš viso:</b>                             |         |        | <b>46,66</b>                | <b>31,14</b> | <b>63,98</b>       | <b>718,69</b>        |

## Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
| <b>Iš viso:</b>       |         |        | <b>0,00</b>                 | <b>0,00</b> | <b>0,00</b>        | <b>0,00</b>          |

## Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                        |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
|                        |         |        |                             |              |                    |                      |
|                        |         |        |                             |              |                    |                      |
| <b>Iš viso:</b>        |         |        | <b>0,00</b>                 | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>        | <b>0,00</b>          |
| <b>Iš viso dienos:</b> |         |        | <b>61,73</b>                | <b>42,85</b> | <b>158,22</b>      | <b>1420,01</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

3 savaitė  
Pirmadienis

Direktorė  
Lijana Glebovičienė  
*Lijana Glebovičienė* - 11

**Pusryčiai 9.10 val.**

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Dribsniai kukurūzų             | Š26     | 75g    | 7,88                        | 5,75         | 33,81              | 211,44               |
| Jogurtas 1,5%                  |         | 200g   | 8,28                        | 9,90         | 26,22              | 220,35               |
| Pienas 2,5%                    |         | 200g   | 6,80                        | 5,00         | 9,80               | 126,00               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |        | <b>22,96</b>                | <b>20,65</b> | <b>69,83</b>       | <b>557,79</b>        |

**Priešpiečiai 11.00 val.**

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

**Sriubos 12.30 val.\***

| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta žiedinių kop. sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) | 21Sr    | 150g   | 2,35                        | 2,83        | 18,81              | 104,32               |
| Viso grūdo ruginė duona  | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>  |         |        | <b>5,31</b>                 | <b>3,47</b> | <b>35,93</b>       | <b>197,52</b>        |

**Pietūs 12.40 val.\***

| Patiekalo pavadinimas                         | Rp. Nr. | Išeiğa   | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|----------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |          | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Paukštienos filė-ryžių troškiny (tausojantis) | 35A     | 100/100g | 21,22                       | 8,24         | 4,06               | 498,52               |
| Agurkas                                       | S36     | 50g      | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Kopūstų salotos su pomidorais ir **aliejumi   | GS18    | 100g     | 1,33                        | 8,16         | 6,99               | 98,87                |
| <b>Iš viso:</b>                               |         |          | <b>28,36</b>                | <b>19,97</b> | <b>49,03</b>       | <b>803,41</b>        |

**Vakarienė 16.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                    | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis) | 66A     | 200g   | 29,34                       | 22,46        | 57,00              | 516,76               |
| Natūralus pomidorų padažas                               |         | 50g    | 0,96                        | 12,00        | 1,24               | 97,20                |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)                           | 1G      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>  |         |        | <b>30,30</b>                | <b>34,46</b> | <b>58,24</b>       | <b>613,96</b>        |

**Naktįpiečiai 19.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Sviestinis kruasanas           |         | 90g    | 3,75                        | 7,50         | 33,50              | 225,00               |
| <b>Iš viso:</b>                |         |        | <b>3,75</b>                 | <b>7,50</b>  | <b>33,50</b>       | <b>225,00</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>         |         |        | <b>86,89</b>                | <b>83,18</b> | <b>238,48</b>      | <b>2312,16</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

*Navikienė*

Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

*Irma Grabauskienė*

3 savaitė  
Antradienis

Direktorė  
Lijana Georaičienė  
 12

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                 | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                       |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kvietinių kruopų košė su avižų gėrimu | K8.1    | 300g    | 11,76                       | 11,28        | 50,31              | 384,40               |
| Uogų desertas su jogurtu              | D2      | 100/40  | 1,60                        | 0,34         | 25,10              | 218,20               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)        | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                       |         |         | <b>13,36</b>                | <b>11,62</b> | <b>75,41</b>       | <b>602,60</b>        |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                              | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis) | S8      | 150g    | 4,53                        | 3,33        | 16,69              | 109,69               |
| Viso grūdo ruginė duona                            | Š1      | 40g     | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                                    |         |         | <b>7,49</b>                 | <b>3,97</b> | <b>33,81</b>       | <b>202,89</b>        |

Pietūs 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                                  | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kepta lašišos filė (tausojantis)                       | 37A     | 100g    | 24,89                       | 47,20        | 10,03              | 522,05               |
| Bulvių košė su pienu                                   | 3Gar    | 100g    | 2,14                        | 0,13         | 19,14              | 95,20                |
| Burokėlių salotos su pupelėmis ir majonezu (augalinis) | 35S     | 100g    | 0,78                        | 9,53         | 3,76               | 98,66                |
| <b>Iš viso:</b>  |         |         | <b>35,30</b>                | <b>60,83</b> | <b>66,74</b>       | <b>918,80</b>        |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Varškės spygliukai (tausojantis, varškė 9%) | 82A     | 200g    | 27,47                       | 13,49        | 44,71              | 365,78               |
| Grietinė 30%                                | 17P     | 40g     | 0,96                        | 12,00        | 1,24               | 97,20                |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)              | 1G      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                             |         |         | <b>28,43</b>                | <b>25,49</b> | <b>45,95</b>       | <b>462,98</b>        |

Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |               |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|---------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g   | angliavandeniai, g |                      |
| Apkepti sumuštiniai su dešra ir ferm.sūtiu | Š9      | 90g     | 4,40                        | 3,87          | 15,87              | 227,50               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)             | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00          | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                            |         |         | <b>4,40</b>                 | <b>3,87</b>   | <b>15,87</b>       | <b>227,50</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>                     |         |         | <b>83,01</b>                | <b>102,41</b> | <b>231,85</b>      | <b>2323,88</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė



Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė



3 savaitė

Trečiadienis

Direktorė  
Lijana Gaižiūnaitė



13

## Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                    | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Grikių košė su morkomis ir svogūnais (a) | K106    | 300g   | 9,85                        | 9,83         | 35,13              | 299,4                |
| Pilno grūdo duona su tepamu sūreliu      | 7D      | 45/30  | 8,28                        | 9,90         | 26,22              | 226,35               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)           | G-1     | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                          |         |        | <b>18,13</b>                | <b>19,73</b> | <b>61,35</b>       | <b>525,75</b>        |

## Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

## Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas         | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                               |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Daržovių sriuba (tausojantis) | 7Sr     | 150g   | 1,68                        | 3,20        | 11,52              | 78,45                |
| Viso grūdo ruginė duona       | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>               |         |        | <b>4,64</b>                 | <b>3,84</b> | <b>28,64</b>       | <b>171,65</b>        |

## Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                               | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Troškinta paukštiena (šlaunelių mėsa) (tausojantis) | 29A     | 100/40 | 32,31                       | 26,33        | 30,75              | 379,42               |
| Biri ryžių kruopų košė                              | GS-4    | 100g   | 3,22                        | 4,98         | 34,60              | 188,85               |
| Kopūstų salotos su **aliejumi ir saulėgr.sėklomis   | 17S     | 100g   | 1,56                        | 4,68         | 10,58              | 82,19                |
| Pomidoras   | S37     | 50g    | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| <b>Iš viso:</b>                                     |         |        | <b>42,23</b>                | <b>39,93</b> | <b>106,62</b>      | <b>830,61</b>        |

## Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas               | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                     |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Omletas su dešrelėmis (tausojantis) | 92A     | 120g   | 4,41                        | 1,38         | 64,76              | 352,93               |
| Viso grūdo duona su sviestu         | Š2      | 20/8g  | 0,42                        | 10,54        | 0,68               | 98,94                |
| Marinuotas agurkas                  | S38     | 50g    | 0,20                        | 0,15         | 2,05               | 8,60                 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)      | G-1     | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                     |         |        | <b>5,03</b>                 | <b>12,07</b> | <b>67,49</b>       | <b>460,47</b>        |

## Naktiečiai 19.30 val.

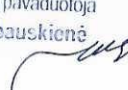
| Patiekalo pavadinimas              | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                    |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Bandelė su konservuotais persikais |         | 100g   | 6,59                        | 8,39         | 22,29              | 284,94               |
| Pienas 2,5%                        |         | 200g   | 6,80                        | 5,00         | 9,80               | 112,00               |
| <b>Iš viso:</b>                    |         |        | <b>13,39</b>                | <b>13,39</b> | <b>32,09</b>       | <b>396,94</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>             |         |        | <b>80,30</b>                | <b>85,72</b> | <b>295,43</b>      | <b>2325,77</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė



Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė



3 savaitė

Ketvirtadienis

 Direktorė  
 Lijana Glenskienė  


14

## Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Manų kruopų košė su ryžių gėrimu | K6      | 230g    | 7,89                        | 6,45         | 35,34              | 235,36               |
| Uogienė                          | 19P     | 50g     | 0,06                        | 0,00         | 14,18              | 135,00               |
| Traputis                         | 8G      | 30g     | 3,39                        | 7,33         | 19,32              | 134,37               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)   | 1G      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |         | <b>11,34</b>                | <b>13,78</b> | <b>68,84</b>       | <b>504,73</b>        |

## Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

## Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                     | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Žirnių sriuba su daržovėmis (tausojantis) | 11Sr    | 150g    | 1,62                        | 3,18        | 10,81              | 72,37                |
| Viso grūdo ruginė duona                   | Š1      | 40g     | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                           |         |         | <b>4,58</b>                 | <b>3,82</b> | <b>27,93</b>       | <b>165,57</b>        |

## Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Jautienos-kiaulienos maltinis (tausojantis) | 47A     | 100g    | 13,73                       | 5,93         | 46,11              | 389,19               |
| Bulvių košė su pienu                        | Gr3     | 50g     | 1,05                        | 26,35        | 1,69               | 147,35               |
| Pomidoras                                   | S37     | 50g     | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Agurkų, ridikėlių salotos                   | S36     | 90g     | 0,40                        | 0,10         | 1,15               | 5,50                 |
| <b>Iš viso:</b>                             |         |         | <b>20,26</b>                | <b>36,30</b> | <b>78,93</b>       | <b>716,11</b>        |

## Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas              | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                    |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Virtinukai su varške (tausojantis) | 67A     | 115/70  | 19,72                       | 20,66        | 49,76              | 529,45               |
| Grietinė                           | 17P     | 50g     | 0,63                        | 15,81        | 1,02               | 138,41               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)     | G-1     | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                    |         |         | <b>20,35</b>                | <b>36,47</b> | <b>50,78</b>       | <b>667,86</b>        |

## Naktipiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Mielinė bandelė su cinamonu    |         | 100g    | 2,97                        | 11,43        | 32,00              | 324,60               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | 1G      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |         | <b>2,97</b>                 | <b>11,43</b> | <b>32,00</b>       | <b>324,60</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>         |         |         | <b>56,44</b>                | <b>98,58</b> | <b>258,43</b>      | <b>2325,30</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė



 Direktorius pavaduotoja  
 Irma Grabauskienė
 

3 savaitė  
Penktadienis

Dirktorė  
Lijana Girauskienė  
*L. Girauskienė*

15

Pusryčiai 9.00 val.

| Patiekalo pavadinimas                     | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kukurūžų kruopų košė su avių gėrimu(taus) | A5      | 230g   | 14,97                       | 21,23       | 7,33               | 378,84               |
| Sūrio lazdelės Pik-Nik                    |         | 20g    | 0,52                        | 4,08        | 0,80               | 64,30                |
| Trinti konservuoti vaisiai                | Š4.1    | 45g    | 6,25                        | 11,59       | 9,67               | 54,09                |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)            | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso:                                  |         |        | 21,74                       | 36,90       | 17,80              | 497,23               |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 300g | 2,28 | 0,9 | 41,82 | 168 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) | S36     | 150g   | 1,62                        | 4,92        | 11,43              | 101,49               |
| Viso grūdo ruginė duona                     | Š1.1    | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| Iš viso:                                    |         |        | 4,58                        | 5,56        | 28,55              | 194,69               |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išeiğa  | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis) | 15A     | 100/100 | 33,88                       | 11,02       | 34,92              | 473,95               |
| Agurkas                                     | S36     | 50g     | 0,50                        | 0,10        | 2,05               | 8,50                 |
| Pomidoras                                   | S37     | 50g     | 0,40                        | 0,10        | 1,15               | 5,50                 |
| Biri perlinių kruopų košė                   | 104K    | 100g    | 2,27                        | 10,12       | 6,65               | 115,50               |
| Iš viso:                                    |         |         | 41,63                       | 26,90       | 73,32              | 798,14               |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
| Iš viso:              |         |        | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |

Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
| Iš viso:              |         |        | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso dienos:       |         |        | 65,65                       | 64,70       | 132,94             | 1463,37              |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

*L. Navikienė*

Dirkoriaus pavaduotoja  
Irma Grabauskienė

*I. Grabauskienė*

4 savaitė  
Pirmadienis

Dirktořė  
Lijana Giearaitienė  
*L. Giearaitienė* 16

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas        | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                              |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Manų kr.košė su ryžių gėrimu | K3.1    | 300g   | 7,88                        | 5,75        | 33,81              | 321,44               |
| Uogienė                      | 19P     | 40g    | 5,28                        | 0,00        | 26,22              | 112,35               |
| Kakava su pienu              | G4      | 200g   | 3,18                        | 3,51        | 16,72              | 106,76               |
| <b>Iš viso:</b>              |         |        | <b>16,34</b>                | <b>9,26</b> | <b>76,75</b>       | <b>540,55</b>        |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                     | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Žirnių sriuba su daržovėmis (tausojantis) | 1Sr     | 150g   | 2,35                        | 2,83        | 18,81              | 104,32               |
| Viso grūdo ruginė duona                   | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                           |         |        | <b>5,31</b>                 | <b>3,47</b> | <b>35,93</b>       | <b>197,52</b>        |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Virti paukštienos kukuliai (tausojantis)    | 35A     | 100g   | 21,22                       | 8,24         | 4,06               | 398,32               |
| Virti birūs gričiai (tausojantis)           | 8Gar    | 100g   | 5,07                        | 4,54         | 27,75              | 179,36               |
| Agurkas                                     | S37     | 50g    | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Kopūstų salotos su pomidorais ir **aliejumi | GS18    | 100g   | 1,33                        | 8,16         | 6,99               | 98,87                |
| <b>Iš viso:</b>                             |         |        | <b>33,43</b>                | <b>24,51</b> | <b>76,78</b>       | <b>882,57</b>        |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas           | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                 |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Lietiniai su mėsa (tausojantis) | 109A    | 200g   | 29,34                       | 22,46        | 57,00              | 446,76               |
| Grietinė 30%                    | 17P     | 40g    | 0,96                        | 12,00        | 1,24               | 117,20               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)  | 1G      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                 |         |        | <b>30,30</b>                | <b>34,46</b> | <b>58,24</b>       | <b>563,96</b>        |

Naktipiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Sviestinis kruasanas           |         | 90g    | 3,75                        | 7,50         | 33,50              | 225,00               |
| <b>Iš viso:</b>                |         |        | <b>3,75</b>                 | <b>7,50</b>  | <b>33,50</b>       | <b>225,00</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>         |         |        | <b>85,34</b>                | <b>76,33</b> | <b>273,15</b>      | <b>2324,08</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu

11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

*L. Navikienė*

Dirktořiaus pavaduotoja  
Irauskienė

*Irauskienė*



Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                    | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Miežinių kr. košė su avižių gėrimu       | K4.1    | 300g    | 11,76                       | 11,28        | 50,31              | 384,40               |
| Smulkinti bananai su trintomis braškėmis | D6      | 100/40  | 1,60                        | 0,34         | 25,10              | 118,20               |
| Pienas 2,5%                              |         | 200g    | 6,80                        | 5,00         | 9,80               | 102,00               |
| <b>Iš viso:</b>                          |         |         | <b>20,16</b>                | <b>16,62</b> | <b>85,21</b>       | <b>604,60</b>        |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                           | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Perlinių kr. sriuba su daržovėmis (tausojantis) | S8      | 150g    | 4,53                        | 3,33        | 16,69              | 109,69               |
| Viso grūdo ruginė duona                         | Š1      | 40g     | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                                 |         |         | <b>7,49</b>                 | <b>3,97</b> | <b>33,81</b>       | <b>202,89</b>        |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis) | 62A     | 200g    | 24,89                       | 47,20        | 10,03              | 442,05               |
| Grietinės padažas su pomidorų padažu             | 3P      | 40g     | 0,96                        | 5,27         | 3,80               | 68,20                |
| Bulvių košė su pienu                             | Gr3     | 100g    | 1,88                        | 0,12         | 17,52              | 79,54                |
| Pomidorų ir agurkų salotos (augalinis)           | 35S     | 100g    | 0,78                        | 9,53         | 3,76               | 98,66                |
| <b>Iš viso:</b>                                  |         |         | <b>36,00</b>                | <b>66,09</b> | <b>68,92</b>       | <b>891,34</b>        |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                     | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Virti varškėčiai (tausojantis, varškė 9%) | 82A     | 200g    | 27,47                       | 13,49        | 44,71              | 403,78               |
| Grietinė 30%                              | 17P     | 40g     | 0,96                        | 12,00        | 1,24               | 117,20               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)            | 1G      | 200g    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                           |         |         | <b>28,43</b>                | <b>25,49</b> | <b>45,95</b>       | <b>520,98</b>        |

Naktipiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g |               |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|---------|-----------------------------|---------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g   | angliavandeniai, g |                      |
| Naminiai vafiliai (kepami)     |         | 100g    | 4,40                        | 3,87          | 15,87              | 192,50               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | G1      | 200g    | 0,00                        | 0,00          | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |         | <b>4,40</b>                 | <b>3,87</b>   | <b>15,87</b>       | <b>192,50</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>         |         |         | <b>90,51</b>                | <b>112,67</b> | <b>243,83</b>      | <b>2321,42</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė



Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė





4 savaitė

Trečiadienis

**Pusryčiai 9.10 val.**

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Avižinių dribsnių košė su avių gėrimu (ta) | K1.1    | 300g   | 9,85                        | 9,83         | 35,13              | 359,4                |
| Uogienė                                    | 19P     | 50g    | 1,20                        | 0,40         | 9,70               | 61,00                |
| Pilno grūdo duona su tepamu sūreliu        | 7Š      | 45/30  | 8,28                        | 9,90         | 26,22              | 226,35               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)             | G-1     | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                            |         |        | <b>19,33</b>                | <b>20,13</b> | <b>71,05</b>       | <b>646,75</b>        |

**Priešpiečiai 11.00 val.**

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

**Sriubos 12.30 val.\***

| Patiekalo pavadinimas                              | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis) | 12Sr    | 150g   | 1,68                        | 3,20        | 11,52              | 98,45                |
| Viso grūdo ruginė duona                            | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                                    |         |        | <b>4,64</b>                 | <b>3,84</b> | <b>28,64</b>       | <b>191,65</b>        |

**Pietūs 12.40 val.\***

| Patiekalo pavadinimas                               | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kepti kiaulienos gabaliukai (tausojantis)           | 5A      | 100/60 | 32,31                       | 26,33        | 30,75              | 389,42               |
| Biri ryžių košė su ciberžole                        | 103K    | 100g   | 3,22                        | 4,98         | 34,60              | 108,85               |
| Burokėlių salotos su **aliejumi ir moliūgų sėklomis | 17Sa    | 100g   | 1,56                        | 4,68         | 10,58              | 90,19                |
| Pomidoras   | 37S     | 50g    | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| <b>Iš viso:</b>                                     |         |        | <b>42,23</b>                | <b>39,93</b> | <b>106,62</b>      | <b>788,61</b>        |

**Vakarienė 16.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis) | 39A     | 200g   | 4,41                        | 1,38        | 64,76              | 282,93               |
| Viso grūdo ruginė duona                     | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| Pomidoras                                   | 37Sa    | 50g    | 0,50                        | 0,10        | 2,05               | 8,50                 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)              |         | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                             |         |        | <b>7,87</b>                 | <b>2,12</b> | <b>83,93</b>       | <b>384,63</b>        |

**Naktiečiai 19.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas             | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Šaldytos tešlos bandelė su varške | K18     | 100g   | 6,59                        | 8,39         | 22,29              | 294,94               |
| Pienas 2,5%                       |         | 200g   | 6,80                        | 5,00         | 9,80               | 112,00               |
| <b>Iš viso:</b>                   |         |        | <b>13,39</b>                | <b>13,39</b> | <b>32,09</b>       | <b>406,94</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>            |         |        | <b>84,34</b>                | <b>76,17</b> | <b>321,57</b>      | <b>2338,93</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu, 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė



Direktoriaus pavaduotoja  
 Lijana Grabauskienė



4 savaitė  
Ketvirtadienis

Direktorė  
Lijana Giegraliūnė

19

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Ryžių kr. košė su ryžių gėrimu | K3.1    | 230g   | 7,89                        | 6,45         | 35,34              | 235,36               |
| Trinti konservuoti vaisiai     | 19P     | 50g    | 0,06                        | 0,00         | 14,18              | 135,00               |
| Sumuštinis su uogiene          | 16Š     | 45/40g | 3,39                        | 7,33         | 19,32              | 134,37               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | 1G      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |        | <b>11,34</b>                | <b>13,78</b> | <b>68,84</b>       | <b>504,73</b>        |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 200g | 1,52 | 0,6 | 27,88 | 112 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                     | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Agurkų sriuba su daržovėmis (tausojantis) | 11Sr    | 150g   | 1,68                        | 3,20        | 11,52              | 78,45                |
| Viso grūdo ruginė duona                   | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| <b>Iš viso:</b>                           |         |        | <b>4,64</b>                 | <b>3,84</b> | <b>28,64</b>       | <b>171,65</b>        |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                         | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Trakuotų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena) | 47A     | 200g   | 13,73                       | 8,93         | 54,11              | 489,19               |
| Sviesto ir grietinės padažas                  | 5P      | 50g    | 1,05                        | 26,35        | 1,69               | 167,35               |
| Pomidoras                                     | S37     | 50g    | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Agurkas                                       | S36     | 50g    | 0,40                        | 0,10         | 1,15               | 5,50                 |
| <b>Iš viso:</b>                               |         |        | <b>20,32</b>                | <b>39,32</b> | <b>87,64</b>       | <b>842,19</b>        |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Makaronai su šaldytomis daržovėmis (augalinis) | 12Au    | 115/70 | 19,72                       | 20,66        | 49,76              | 529,45               |
| Marinuotas agurkas                             | Sa38    | 50g    | 0,10                        | 0,90         | 0,87               | 5,62                 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)                 | G-1     | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                                |         |        | <b>19,82</b>                | <b>21,56</b> | <b>50,63</b>       | <b>535,07</b>        |

Naktiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta varškė su uogomis       | D4      | 110g   | 2,97                        | 11,43        | 32,00              | 324,60               |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | 1G      | 200g   | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |        | <b>2,97</b>                 | <b>11,43</b> | <b>32,00</b>       | <b>324,60</b>        |
| <b>Iš viso dienos:</b>         |         |        | <b>55,97</b>                | <b>86,69</b> | <b>266,99</b>      | <b>2318,59</b>       |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė



Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė



4 savaitė  
Penktadienis

Direktorė  
Lijana Gieburkienė  
L. Gieburkienė 20

Pusryčiai 9.10 val.

| Patiekalo pavadinimas                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kukurūžų kr.košė su avižų gėrimu (tau) | A5      | 230g   | 14,97                       | 21,23       | 7,33               | 378,84               |
| Uogienė                                | 19P     | 45g    | 0,11                        | 0,00        | 26,11              | 98,70                |
| Sūrio lazdelės Pik-Nik                 |         | 20g    | 5,12                        | 4,08        | 0,80               | 64,30                |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta)         | G1      | 200g   | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso:                               |         |        | 20,20                       | 25,31       | 34,24              | 477,54               |

Priešpiečiai 11.00 val.

|         |  |      |      |     |       |     |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|
| Vaisiai |  | 300g | 2,28 | 0,9 | 41,82 | 168 |
|---------|--|------|------|-----|-------|-----|

Sriubos 12.30 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojanti) | S36     | 150g   | 1,62                        | 4,92        | 11,43              | 101,49               |
| Viso grūdo ruginė duona                    | Š1      | 40g    | 2,96                        | 0,64        | 17,12              | 93,20                |
| Iš viso:                                   |         |        | 4,58                        | 5,56        | 28,55              | 194,69               |

Pietūs 12.40 val.\*

| Patiekalo pavadinimas                                 | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Kiaulienos troškiny su ryžiais (tausojantis)          | 3A      | 100/100 | 33,88                       | 11,02       | 34,92              | 383,95               |
| Pomidoras   | S37     | 50g     | 0,40                        | 0,10        | 1,15               | 5,50                 |
| Kopūstų salotos su agurkais ir **aliejumi (augalinis) | 27Sa    | 100g    | 2,27                        | 10,12       | 6,65               | 115,50               |
| Iš viso:  |         |         | 41,13                       | 26,80       | 71,27              | 699,64               |

Vakarienė 16.30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
| Iš viso:              |         |        | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |

Naktipiečiai 19.30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
|                       |         |        |                             |             |                    |                      |
| Iš viso:              |         |        | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso dienos:       |         |        | 63,61                       | 53,01       | 147,33             | 1345,18              |

Vaisiai valgomi atskiro maitinimo metu 11.00 val.

Parengė: Laimutė Navikienė

Direktorius pavaduotoja  
Irma Grabauskienė