Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės

globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų

valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo

2 priedas

PATVIRTINTA

Plungės specialiojo ugdymo centro

direktoriaus 2018 m. Rugpjūčio 01 d.

įsakymu Nr. B-46

**Plungės specialiojo ugdymo centras, Mendeno g. 4, Plungė**

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

**15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

11 metų ir vyresni

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 6:30 iki 19:30val.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 savaitė |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| Pirmadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) | II.3 | | | 300/12 | | 10.79 | | | 14.21 | | | 54.37 | | | 388.13 | | |
| Kakava su pienu (2.5%) (nesaldinta) | VI.2 | | | 200 | | 3.44 | | | 2.93 | | | 5.8 | | | 62.3 | | |
| Jogurtas (2.5%) su persikais | X.12 | | | 125 | | 3.38 | | | 3.13 | | | 16.38 | | | 108.75 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **17.61** | | | **20.27** | | | **76.55** | | | **559.18** | | |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g**\* | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) | I.8 | | | 150 | | 3.37 | | | 3.21 | | | 12.45 | | | 87.84 | | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | X.4 | | | 30 | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | | |
| Ryžių plovas su vištienos filė mėsa (tausojantis) | III.36 | | | 130/72 | | 21.86 | | | 9.54 | | | 28.75 | | | 284.77 | | |
| Marinuoti agurkai | XVI.32 | | | 100 | | 2.8 | | |  | | | 1.3 | | | 16 | | |
| Pomidorai | XVI.3 | | | 30 | | 0.03 | | | 0.06 | | | 1.23 | | | 5.1 | | |
| Kefyras (2.5%) | VI.5 | | | 200 | | 6.8 | | | 5 | | | 9.8 | | | 120 | | |
| Sezoniniai vaisiai\* | X.8 | | | 200 | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **37.97** | | | **19.03** | | | **95.28** | | | **696.11** | | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Grikių kruopų paplotėliai (tausojantis) | XVIII.8 | | | 100 | | 6.78 | | | 6.24 | | | 41.54 | | | 239.63 | | |
| Grietinė (30 %) | IV. 5 | | | 15 | | 0.36 | | | 4.5 | | | 0.46 | | | 43.95 | | |
| Žolelių arbata (nesaldinta) | VI.7 | | | 200 | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **7.14** | | | **10.74** | | | **42** | | | **283.58** | | |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Varškės (9%) apkepas (tausojantis) | VII.10 | | | 200 | | 34.04 | | | 22.06 | | | 34.42 | | | 474.63 | | |
| Trintas šaldytų uogų padažas (braškės, avietės) | IV.12 | | | 40 | | 0.33 | | | 0.19 | | | 7.62 | | | 30.3 | | |
| Kmynų arbata (nesaldinta) | VI.8 | | | 200 | | 0.04 | | | 0.03 | | | 0.08 | | | 0.67 | | |
| Sezoniniai vaisiai\* | X.8 | | | 150 | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **35.01** | | | **22.88** | | | **61.62** | | | **593.1** | | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | **97.73** | | | **72.92** | | | **275.45** | | | **2131.97** | | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| 1 savaitė |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| Antradienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Tiršta avižinių dribsnių košė su sviestu (82%) ir bananais (tausojantis) | II.2 | | | 300./12/36 | | 12.01 | | | 17.15 | | | 54.17 | | | 417.95 | | |
| Arbatžolių arbata su pienu (2.5%) (nesaldinta) | VI.3 | | | 200 | | 3.4 | | | 2.5 | | | 4.9 | | | 56 | | |
| Sezoniniai vaisiai\* | X.8 | | | 200 | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **16.21** | | | **20.45** | | | **85.07** | | | **590.95** | | |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Ryžių-pomidorų sriuba su grietine (30%) (tausojantis) | I.19 | | | 150/8 | | 1.53 | | | 5.72 | | | 12.42 | | | 105.16 | | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | X.4 | | | 30 | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | | |
| Kiaulienos kumpinės mėsos guliašas (tausojantis) | XVII.3.1 | | | 160 | | 29.27 | | | 22.48 | | | 7.15 | | | 345.35 | | |
| Bulvių košė (tausojantis) | XIV.6 | | | 120 | | 2.65 | | | 4.28 | | | 19.31 | | | 125.18 | | |
| Žiedinių kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | XVI.14 | | | 130 | | 3.08 | | | 4.97 | | | 7.59 | | | 72.48 | | |
| Vanduo (nesaldintas) | VI.18 | | | 200 | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| Sezoniniai vaisiai\* | X.8 | | | 200 | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **39.64** | | | **38.67** | | | **88.22** | | | **830.57** | | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Šviesi duona su varške (9%) ir obuoliais (sumuštinis) | XVIII.4 | | | 70 | | 6.23 | | | 3.54 | | | 14.84 | | | 128.98 | | |
| Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta) | VI.6 | | | 200 | | 0.05 | | | 0.03 | | | 0.64 | | | 2.17 | | |
| Jogurtas (2.5%) su persikais | X.12 | | | 125 | | 3.38 | | | 3.13 | | | 16.38 | | | 108.75 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **9.66** | | | **6.7** | | | **31.86** | | | **239.9** | | |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Viso grūdo makaronai su daržovių (pomidorai, morka, paprika) padažu (augalinis) (tausojantis) | XV.1 | | | 175/112 | | 12.94 | | | 12.35 | | | 57.47 | | | 417.99 | | |
| Kefyras 2.5% | VI.5 | | | 200 | | 6.8 | | | 5 | | | 9.8 | | | 120 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **19.74** | | | **17.35** | | | **67.27** | | | **537.99** | | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | **85.25** | | | **83.17** | | | **272.42** | | | **2199.41** | | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| 1 savaitė |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| Trečiadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Grikių kruopų košė su sviestu (82 %) (tausojantis) | II.4 | | | 300/12 | | 10.1 | | | 14.62 | | | 54.23 | | | 394.54 | | |
| Kakava su pienu (2.5%) (nesaldinta) | VI.2 | | | 200 | | 3.44 | | | 2.93 | | | 5.8 | | | 62.3 | | |
| Jogurtas (2.5%) su persikais | X.12 | | | 125 | | 3.38 | | | 3.13 | | | 16.38 | | | 108.75 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **16.92** | | | **20.68** | | | **76.41** | | | **565.59** | | |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g**\* | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Barščiai su pupelėmis ir grietine (30%) (tausojantis) | I.6 | | | 150/8 | | 2.83 | | | 5.63 | | | 14.52 | | | 113.44 | | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | X.4 | | | 30 | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | | |
| Kepta orkaitėje vištienos filė (tausojantis) | III.15 | | | 110 | | 26.68 | | | 23.1 | | | 6.72 | | | 355.46 | | |
| Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis) | XIV.3 | | | 120 | | 4.9 | | | 0.9 | | | 37.6 | | | 167.5 | | |
| Kopūstų salotos su agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | XVI.11 | | | 130 | | 1.95 | | | 5.23 | | | 0.64 | | | 67.53 | | |
| Pomidorai | XVI.3 | | | 40 | | 0.4 | | | 0.08 | | | 1.64 | | | 6.8 | | |
| Sezoniniai vaisiai\* | X.8 | | | 200 | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 | | |
| Vanduo (nesaldintas) | VI.18 | | | 200 | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **39.87** | | | **36.16** | | | **102.87** | | | **893.13** | | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės, slyvos arba persikai) su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis) | V.10 | | | 90 | | 0.95 | | | 2.24 | | | 16.51 | | | 71.62 | | |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu (45%) sūriu (sumuštinis) | XIII.2 | | | 35./7/20 | | 6.95 | | | 8.75 | | | 18.83 | | | 221.38 | | |
| Žolelių arbata (nesaldinta) | VI.7 | | | 200 | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **7.9** | | | **10.99** | | | **35.34** | | | **293** | | |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Virti varškėčiai (9%) (tausojantis) | VII.3 | | | 200 | | 27.04 | | | 13.21 | | | 52.77 | | | 435.6 | | |
| Jogurtas (2.5%) su persikais (padažas) | IV.15 | | | 35 | | 0.96 | | | 0.89 | | | 4.6 | | | 30.45 | | |
| Pienas (2.5%) | VI.15 | | | 200 | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **33.56** | | | **19.10** | | | **64.68** | | | **570.88** | | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | **98.25** | | | **86.93** | | | **279.30** | | | **2322.60** | | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| 1 savaitė |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| Ketvirtadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Omletas (tausojantis) | XII.7 | | | 150 | | 18.12 | | | 21.56 | | | 14.08 | | | 320.98 | | |
| Konservuoti kukurūzai | XVI.25 | | | 60 | | 1.74 | | | 0.36 | | | 13.2 | | | 61.8 | | |
| Konservuoti žalieji žirneliai | XVI.25 | | | 60 | | 2.94 | | | 0.12 | | | 9.48 | | | 38.4 | | |
| Šviesi duona | X.10 | | | 40 | | 2.12 | | | 0.32 | | | 21.68 | | | 92.4 | | |
| Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta) | VI.6 | | | 200 | | 0.05 | | | 0.03 | | | 0.64 | | | 2.17 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **24.97** | | | **22.39** | | | **59.08** | | | **515.75** | | |
| **Pietūs 12:00 val.**\* | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g**\* | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis) | I.14 | | | 150 | | 1.16 | | | 3.16 | | | 7.6 | | | 58.6 | | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | X.4 | | | 30 | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | | |
| Troškinta jautienos kumpinės mėsa su morkomis ir poromis (tausojantis) | III.24 | | | 115/94 | | 31.1 | | | 7.25 | | | 8.73 | | | 224.66 | | |
| Virti grikiai (augalinis) (tausojantis) | XIV.3 | | | 120 | | 7.56 | | | 1.86 | | | 41.58 | | | 209.4 | | |
| Raugintų kopūstų salotos (augalinis) | XVI.33 | | | 130 | | 1.03 | | | 6.33 | | | 8.56 | | | 97.34 | | |
| Vanduo su apelsinu (nesaldintas) | VI.14 | | | 200 | | 0.05 | | | 0.01 | | | 0.77 | | | 3.01 | | |
| Sezoniniai vaisiai\* | X.8 | | | 250 | | 1 | | | 1 | | | 32.5 | | | 146.3 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **44.21** | | | **20.03** | | | **115.49** | | | **804.71** | | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Aguonų pyragas su obuoliais ir bananais | XVIII.5 | | | 100 | | 5.81 | | | 5.98 | | | 20.66 | | | 180.35 | | |
| Pienas (2.5%) | VI.15 | | | 200 | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **11.37** | | | **10.98** | | | **27.97** | | | **285.18** | | |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Bulvių, morkų, žirnių troškinys (augalinis) (tausojantis) | VIII.5 | | | 220 | | 9.4 | | | 6.53 | | | 44.73 | | | 285.39 | | |
| Kefyras (2.5%) | VI.5 | | | 200 | | 6.8 | | | 5 | | | 9.8 | | | 120 | | |
| Kepti orkaitėje obuoliai su varškės (9%) kremu ir sezamo plutele (tausojantis) | V.9 | | | 110 | | 5.97 | | | 4.53 | | | 17.09 | | | 135.6 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **22.17** | | | **16.06** | | | **71.62** | | | **540.99** | | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | **102.72** | | | **69.46** | | | **274.16** | | | **2146.63** | | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| 1 savaitė |  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
| Penktadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Manų kruopų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis) | II.9 | | | 300/1.2/12 | | 12.67 | | | 20.26 | | | 56.36 | | | 458.89 | | |
| Pienas (2.5%) | VI.15 | | | 200 | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 | | |
| Sezoniniai vaisiai\* | X.8 | | | 150 | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **18.83** | | | **25.86** | | | **83.17** | | | **651.22** | | |
| **Pietūs 12:00 val.**\* | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g**\* | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (bulvės, svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis) | I.20 | | | 150 | | 1.79 | | | 2.17 | | | 14.87 | | | 83.29 | | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | X.4 | | | 30 | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | | |
| Kepta su garais liesa (jūros lydeka) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis) | III.37 | | | 140 | | 26.15 | | | 1.2 | | | 0.17 | | | 109.65 | | |
| Virti makaronai (viso grūdo) (augalinis) (tausojantis) | XIV.9 | | | 120 | | 6.94 | | | 6.45 | | | 36.69 | | | 224.18 | | |
| Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis) | XVI.34 | | | 110 | | 3.8 | | | 4.87 | | | 9.34 | | | 87.14 | | |
| Pomidorai | XVI.3 | | | 40 | | 0.4 | | | 0.08 | | | 1.64 | | | 6.8 | | |
| Vanduo su apelsinu (nesaldintas) | VI.14 | | | 200 | | 0.05 | | | 0.01 | | | 0.77 | | | 3.01 | | |
| Sezoniniai vaisiai\* | X.8 | | | 250 | | 1 | | | 1 | | | 32.5 | | | 146.3 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **42.44** | | | **16.2** | | | **111.73** | | | **725.77** | | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | | | **Išeiga** | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Viso grūdo keksiukai su obuoliais ir cinamonu | XVIII.9 | | | 80 | | 5.07 | | | 6.38 | | | 22.33 | | | 208.51 | | |
| Sūrio lazdelė | X.11 | | | 20 | | 4.2 | | | 4.6 | | | 0.4 | | | 69 | | |
| **Iš viso:** | | | | | | **9.27** | | | **10.98** | | | **22.73** | | | **277.51** | | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | **70.54** | | | **53.04** | | | **217.63** | | | **1654.5** | | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 savaitė | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| Pirmadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Tiršta perlinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) | | II.7 | | 300/12 | | | 11.64 | | | 14.89 | | | 57.09 | | | 394.98 | |
| Arbatžolių arbata su pienu (2.5%) (nesaldinta) | | VI.3 | | 200 | | | 3.4 | | | 2.5 | | | 4.9 | | | 56 | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 150 | | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **15.64** | | | **17.99** | | | **81.49** | | | **538.48** | |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis) | | I.15 | | 150 | | | 1.13 | | | 3.11 | | | 8.29 | | | 64.77 | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | |
| Kiaulienos kumpinės mėsos - ryžių plovas (tausojantis) | | III.5 | | 115/100 | | | 31.31 | | | 28.03 | | | 33.54 | | | 565.67 | |
| Marinuoti agurkai | | XVI.32 | | 120 | | | 3.56 | | |  | | | 1.56 | | | 19.2 | |
| Pomidorai | | XVI.3 | | 40 | | | 0.4 | | | 0.08 | | | 1.64 | | | 6.8 | |
| Kefyras (2.5 %) | | VI.5 | | 200 | | | 6.8 | | | 5 | | | 9.8 | | | 120 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **45.51** | | | **36.64** | | | **70.58** | | | **841.84** | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Grikių kruopų paplotėliai (tausojantis) | | XVIII.8 | | 100 | | | 6.78 | | | 6.24 | | | 41.54 | | | 239.63 | |
| Grietinė (30 %) | | IV. 5 | | 15 | | | 0.36 | | | 4.5 | | | 0.46 | | | 43.95 | |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | | VI.4 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **7.14** | | | **10.74** | | | **42** | | | **283.58** | |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Varškės (9%) kukuliai (tausojantis) | | VII.7 | | 200 | | | 24.01 | | | 13.38 | | | 42.14 | | | 386.17 | |
| Trintas šaldytų uogų padažas (braškės, avietės) | | IV.12 | | 40 | | | 0.33 | | | 0.19 | | | 7.62 | | | 30.3 | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 200 | | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 | |
| Žolelių arbata (nesaldinta) | | VI.7 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **25.14** | | | **14.37** | | | **75.76** | | | **533.47** | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | **93.43** | | | **79.74** | | | **269.83** | | | **2197.37** | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
|  | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| 2 savaitė | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| Antradienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) | | II.3 | | 300/12 | | | 10.79 | | | 14.21 | | | 54.37 | | | 388.13 | |
| Arbatžolių arbata su pienu (2.5%) (nesaldinta) | | VI.3 | | 200 | | | 3.4 | | | 2.5 | | | 4.9 | | | 56 | |
| Jogurtas (2.5%) su persikais | | X.12 | | 125 | | | 3.38 | | | 3.13 | | | 16.38 | | | 108.75 | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 120 | | | 0.48 | | | 0.48 | | | 15.6 | | | 70 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **18.05** | | | **20.32** | | | **91.25** | | | **622.88** | |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Barščiai su grietine (30%) (tausojantis) arba šaltibarščiai | | I.5 | | 150/8 | | | 1.66 | | | 5.55 | | | 12.01 | | | 100.12 | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | |
| Troškintas kiaulienos kumpinės mėsos vyniotinis su morkų įdaru (tausojantis) | | III.10 | | 120 | | | 24.05 | | | 11.18 | | | 15.02 | | | 353.17 | |
| Bulvių košė su brokoliais (tausojantis) | | XIV.4 | | 160 | | | 4.06 | | | 5.82 | | | 23.55 | | | 158.38 | |
| Kopūstų salotos su agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | | XVI.11 | | 130 | | | 1.95 | | | 5.23 | | | 0.64 | | | 67.53 | |
| Vanduo (nesaldintas) | | VI.18 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 200 | | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **34.83** | | | **29** | | | **92.97** | | | **861.6** | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Aguonų pyragas su obuoliais ir bananais | | XVIII.5 | | 100 | | | 5.81 | | | 5.98 | | | 20.66 | | | 180.35 | |
| Pienas (2.5%) | | VI.15 | | 200 | | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **11.37** | | | **10.98** | | | **27.97** | | | **285.18** | |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Pupelių ir daržovių (saliero ir porų) troškinys (augalinis) (tausojantis) | | V.15 | | 220 | | | 12.94 | | | 4.09 | | | 40.26 | | | 243.09 | |
| Kepti orkaitėje obuoliai su varškės (9%) kremu ir sezamo plutele (tausojantis) | | V.9 | | 130 | | | 6.99 | | | 5.18 | | | 20.15 | | | 157.75 | |
| Kakava su pienu (2.5%) (nesaldinta) | | VI.2 | | 200 | | | 3.44 | | | 2.93 | | | 5.8 | | | 62.3 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **23.37** | | | **12.2** | | | **66.21** | | | **463.14** | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | **87.62** | | | **72.5** | | | **278.4** | | | **2232.8** | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
|  | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| 2 savaitė | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| Trečiadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Avižinių dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis) | | II.2 | | 300/12 | | | 14.13 | | | 19.66 | | | 52.91 | | | 431.43 | |
| Kakava su pienu (2.5%) (nesaldinta) | | VI.2 | | 200 | | | 3.44 | | | 2.93 | | | 5.8 | | | 62.3 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **17.57** | | | **22.59** | | | **58.71** | | | **493.73** | |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Trinta daržovių (kopūstai, bulvės, morkos, svogūnai) sriuba su konservuotais žirneliais (augalinis) (tausojantis) | | I.31 | | 150 | | | 1.8 | | | 3.03 | | | 9.14 | | | 67.63 | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | |
| Troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis) | | V.8 | | 140 | | | 33.53 | | | 9.75 | | | 4.02 | | | 235.91 | |
| Virti grikiai (augalinis) (tausojantis) | | XIV.3 | | 120 | | | 7.56 | | | 1.86 | | | 41.58 | | | 209.4 | |
| Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis) | | XVI.5 | | 130 | | | 1.34 | | | 4.88 | | | 4.75 | | | 61.79 | |
| Vanduo (nesaldintas) | | VI.18 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 200 | | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **47.34** | | | **20.74** | | | **101.24** | | | **757.13** | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės, slyvos arba persikai) su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis) | | V.10 | | 90 | | | 0.95 | | | 2.24 | | | 16.51 | | | 71.62 | |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu (45%) sūriu (sumuštinis) | | XIII.2 | | 35./7/20 | | | 6.95 | | | 8.75 | | | 18.83 | | | 221.38 | |
| Žolelių arbata (nesaldinta) | | VI.7 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **7.9** | | | **10.99** | | | **35.34** | | | **293** | |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Kepti varškėčiai (9%) (tausojantis) | | VII.5 | | 200 | | | 32.51 | | | 23.15 | | | 40.1 | | | 501.38 | |
| Trintas šaldytų uogų padažas (braškės, avietės) | | IV.12 | | 40 | | | 0.33 | | | 0.19 | | | 7.62 | | | 30.3 | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 150 | | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 | |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | | VI.4 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **33.44** | | | **23.94** | | | **67.22** | | | **619.18** | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | **106.25** | | | **78.26** | | | **262.51** | | | **2163.04** | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
|  | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| 2 savaitė | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| Ketvirtadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Virti kiaušiniai (tausojantis) | | XII.4 | | 160 | | | 20.36 | | | 19.38 | | | 1.28 | | | 260.49 | |
| Konservuoti žalieji žirneliai | | XVI.25 | | 60 | | | 2.94 | | | 0.12 | | | 9.48 | | | 38.4 | |
| Konservuoti kukurūzai | | XVI.25 | | 60 | | | 1.74 | | | 0.36 | | | 13.2 | | | 61.8 | |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) | | XIII.3 | | 35./7 | | | 2.75 | | | 6.27 | | | 24.27 | | | 128.38 | |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | | VI.4 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **27.79** | | | **26.13** | | | **48.23** | | | **489.07** | |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) | | I.17 | | 150 | | | 2.09 | | | 3.28 | | | 13.71 | | | 88.92 | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | |
| Vištienos filės troškinys su morkomis ir pupelėmis (tausojantis) | | III.17 | | 108/43 | | | 37.63 | | | 15.34 | | | 13.31 | | | 328.82 | |
| Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis) | | XIV.8 | | 120 | | | 3.96 | | | 3.16 | | | 34.43 | | | 209.17 | |
| Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis) | | XVI.17 | | 130 | | | 1.55 | | | 5.02 | | | 6.45 | | | 68.56 | |
| Vanduo su apelsinu (nesaldintas) | | VI.14 | | 200 | | | 0.05 | | | 0.01 | | | 0.77 | | | 3.01 | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 150 | | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **48.19** | | | **27.83** | | | **103.92** | | | **851.38** | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Viso grūdo spelta miltų sklindžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis) | | IX.1 | | 90 | | | 6.13 | | | 4.61 | | | 23.4 | | | 146.06 | |
| Trintas šaldytų uogų padažas (braškės, avietės) | | IV.12 | | 40 | | | 0.33 | | | 0.19 | | | 7.62 | | | 30.3 | |
| Pienas 2.5% | | VI.15 | | 200 | | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **12.02** | | | **9.8** | | | **38.33** | | | **281.19** | |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Virti viso grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) | | XV.2 | | 250/35 | | | 10.75 | | | 10.52 | | | 18.67 | | | 212.7 | |
| Kefyras 2.5 % | | VI.5 | | 200 | | | 6.8 | | | 5 | | | 9.8 | | | 120 | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 200 | | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 | |
| Jogurtas (2.5%) su persikais | | X.12 | | 125 | | | 3.38 | | | 3.13 | | | 16.38 | | | 108.75 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **21.73** | | | **19.45** | | | **70.85** | | | **558.45** | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | **109.73** | | | **83.21** | | | **261.33** | | | **2180.09** | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
|  | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| 2 savaitė | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  | |
| Penktadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Manų kruopų košė (tausojantis) | | II.16 | | 300 | | | 12.6 | | | 10.3 | | | 56.26 | | | 369.01 | |
| Trintas šaldytų uogų padažas (braškės, avietės) | | IV.12 | | 40 | | | 0.33 | | | 0.19 | | | 7.62 | | | 30.3 | |
| Pienas 2.5% | | VI.15 | | 200 | | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 | |
| Jogurtas (2.5%) su sezoniniais vaisiais (bananai, vynuogės, obuoliai) ir razinomis | | V.11 | | 120 | | | 2.52 | | | 2 | | | 27.17 | | | 138.24 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **21.01** | | | **17.49** | | | **98.36** | | | **642.38** | |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (bulvės, svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis) | | I.20 | | 150 | | | 1.79 | | | 2.17 | | | 14.87 | | | 83.29 | |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 | |
| Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydekos) kotletai (tausojantis) | | III.28 | | 110 | | | 21.44 | | | 3.79 | | | 6.25 | | | 144.94 | |
| Virti makaronai (viso grūdo) (augalinis) (tausojantis) | | XIV.9 | | 120 | | | 6.94 | | | 6.45 | | | 36.69 | | | 224.18 | |
| Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis) | | XVI.34 | | 110 | | | 3.8 | | | 4.87 | | | 9.34 | | | 87.14 | |
| Pomidorai | | XVI.3 | | 40 | | | 0.4 | | | 0.08 | | | 1.64 | | | 6.8 | |
| Vanduo su apelsinu (nesaldintas) | | VI.14 | | 200 | | | 0.05 | | | 0.01 | | | 0.77 | | | 3.01 | |
| Sezoniniai vaisiai\* | | X.8 | | 250 | | | 1 | | | 1 | | | 32.5 | | | 146.3 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **37.73** | | | **18.79** | | | **117.81** | | | **761.06** | |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** | |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Viso grūdo keksiukai su obuoliais ir cinamonu | | XVIII.9 | | 80 | | | 5.07 | | | 6.38 | | | 22.33 | | | 208.51 | |
| Sūrio lazdelė | | X.11 | | 20 | | | 4.2 | | | 4.6 | | | 0.4 | | | 69 | |
| **Iš viso:** | | | | | | | **9.27** | | | **10.98** | | | **22.73** | | | **277.51** | |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | **68.01** | | | **47.26** | | | **238.9** | | | **1680.95** | |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 savaitė | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Pirmadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Kukurūzų kruopų košė su moliūgais, sviestu (82%) ir cinamonu (tausojantis) | | | II.15 | | 300/24/12/3 | | | 7.99 | | | 11.05 | | | 72.39 | | | 420.43 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | | | VI.4 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Jogurtas (2.5%) su sezoniniais vaisiais (bananai, vynuogės, obuoliai) ir razinomis | | | V.11 | | 120 | | | 2.52 | | | 2 | | | 27.17 | | | 138.24 |
| Sūrio lazdelė | | | X.11 | | 20 | | | 4.2 | | | 4.6 | | | 0.4 | | | 69 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **14.71** | | | **17.65** | | | **99.96** | | | **627.67** |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Daržovių (kopūstai, žalieji žirneliai, bulvės, morkos, svogūnai) sriuba (augalinis) (tausojantis) | | | I.4 | | 150 | | | 1.53 | | | 3.16 | | | 9.65 | | | 68.73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 |
| Vištienos filės mėsos guliašas (tausojantis) | | | XVII.1 | | 160 | | | 34.1 | | | 14.41 | | | 7.57 | | | 293.07 |
| Virti grikiai (augalinis) (tausojantis) | | | XIV.3 | | 120 | | | 7.56 | | | 1.86 | | | 41.58 | | | 209.04 |
| Raugintų kopūstų salotos (augalinis) | | | XVI.33 | | 130 | | | 1.03 | | | 6.33 | | | 8.56 | | | 97.34 |
| Vanduo su apelsinu (nesaldintas) | | | VI.14 | | 200 | | | 0.05 | | | 0.01 | | | 0.77 | | | 3.01 |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 150 | | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **47.18** | | | **26.79** | | | **103.38** | | | **824.09** |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Aguonų pyragas su obuoliais ir bananais | | | XVIII.5 | | 100 | | | 5.81 | | | 5.98 | | | 20.66 | | | 180.35 |
| Pienas (2.5%) | | | VI.15 | | 200 | | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **11.37** | | | **10.98** | | | **27.97** | | | **285.18** |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais | | | V.13 | | 180 | | | 11.18 | | | 15.58 | | | 49.23 | | | 382.14 |
| Trintas šaldytų uogų padažas (braškės, avietės) | | | IV.12 | | 40 | | | 0.33 | | | 0.19 | | | 7.62 | | | 30.3 |
| Pienas 2.5% | | | VI.15 | | 200 | | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **17.07** | | | **20.77** | | | **64.16** | | | **517.27** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | | **90.33** | | | **76.19** | | | **295.47** | | | **2254.21** |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
|  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| 3 savaitė | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Antradienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Tiršta perlinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) | | | II.7 | | 300/12 | | | 11.64 | | | 14.89 | | | 57.09 | | | 394.98 |
| Kakava su pienu (2.5%) (nesaldinta) | | | VI.2 | | 200 | | | 3.44 | | | 2.93 | | | 5.8 | | | 62.3 |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 150 | | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **15.68** | | | **18.42** | | | **82.39** | | | **544.78** |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis) | | | I.16 | | 150 | | | 1.41 | | | 3.17 | | | 8.37 | | | 62.77 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 |
| Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpinės mėsa | | | VIII.6 | | 250 | | | 16.98 | | | 10.46 | | | 57.01 | | | 385.2 |
| Grietinė (30%) | | | IV.5 | | 40 | | | 0.96 | | | 12 | | | 1.24 | | | 117.2 |
| Kefyras 2.5 % | | | VI.5 | | 200 | | | 6.8 | | | 5 | | | 9.8 | | | 120 |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 150 | | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **29.06** | | | **25.94** | | | **111.67** | | | **838.07** |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Pupelių-daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) troškinys (augalinis) (tausojantis) | | | V.14 | | 120 | | | 7.03 | | | 4.2 | | | 22.94 | | | 157.67 |
| Sūrio lazdelė | | | X.11 | | 20 | | | 4.2 | | | 4.6 | | | 0.4 | | | 69 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | | | VI.4 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **11.23** | | | **8.8** | | | **23.34** | | | **226.67** |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Varškės (9%) ir bananų apkepas su ciberžole ir cinamonu (tausojantis) | | | VII.13 | | 200 | | | 22.71 | | | 14.3 | | | 34.77 | | | 359.76 |
| Grietinė (30%) | | | IV.5 | | 15 | | | 0.36 | | | 4.5 | | | 0.46 | | | 43.95 |
| Kepti orkaitėje obuoliai su varškės (9%) kremu ir sezamo plutele (tausojantis) | | | V.9 | | 130 | | | 6.99 | | | 5.18 | | | 20.15 | | | 157.75 |
| Kmynų arbata (nesaldinta) | | | VI.8 | | 200 | | | 0.04 | | | 0.03 | | | 0.08 | | | 0.67 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **30.1** | | | **24.01** | | | **55.46** | | | **562.13** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | | **86.07** | | | **77.17** | | | **272.86** | | | **2171.65** |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
|  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| 3 savaitė | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Trečiadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Grikių kruopų košė su sviestu (82 %) (tausojantis) | | | II.4 | | 300/12 | | | 10.1 | | | 14.62 | | | 54.23 | | | 394.54 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | | | VI.4 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 150 | | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **10.7** | | | **15.22** | | | **73.73** | | | **482.04** |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Rūgštynių sriuba su grietine (30%) (tausojantis) | | | I.18 | | 150/8 | | | 1.47 | | | 5.74 | | | 7.88 | | | 95.99 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 |
| Keptos orkaitėje vištienos filės mėsos lazdelės (tausojantis) | | | III.16 | | 140 | | | 37.46 | | | 10.71 | | | 8.6 | | | 377.91 |
| Troškinti ryžiai su ciberžolėmis (tausojantis) | | | XIV.9 | | 120 | | | 3.74 | | | 3.19 | | | 32.05 | | | 231.36 |
| Troškinti morkų kubeliai (tausojantis) | | | XVI.23 | | 90 | | | 1.05 | | | 8.79 | | | 5.28 | | | 101.76 |
| Pomidorai | | | XVI.3 | | 60 | | | 0.6 | | | 0.12 | | | 2.46 | | | 10.2 |
| Vanduo (nesaldintas) | | | VI.18 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Sūrio lazdelė | | | X.11 | | 20 | | | 4.2 | | | 4.6 | | | 0.4 | | | 69 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **50.83** | | | **33.57** | | | **72.42** | | | **951.62** |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės, slyvos arba persikai) su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis) | | | V.10 | | 90 | | | 0.95 | | | 2.24 | | | 16.51 | | | 71.62 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu (45%) sūriu (sumuštinis) | | | XIII.2 | | 35./7/20 | | | 6.95 | | | 8.75 | | | 18.83 | | | 221.38 |
| Žolelių arbata (nesaldinta) | | | VI.7 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **7.9** | | | **10.99** | | | **35.34** | | | **293** |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Bulvių košė (tausojantis) | | | XIV.6 | | 250 | | | 5.53 | | | 8.92 | | | 40.23 | | | 270.81 |
| Padažas su morkomis | | | IV.16 | | 50 | | | 2.5 | | | 8.88 | | | 6.54 | | | 113.88 |
| Kefyras 2.5 % | | | VI.5 | | 200 | | | 6.8 | | | 5 | | | 9.8 | | | 120 |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 100 | | | 0.4 | | | 0.4 | | | 13 | | | 58 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **15.23** | | | **23.2** | | | **69.57** | | | **562.69** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | | **84.66** | | | **82.98** | | | **251.06** | | | **2289.35** |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
|  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| 3 savaitė | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Ketvirtadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Omletas su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) | | | XII.6 | | 150 | | | 18.36 | | | 21.66 | | | 9.05 | | | 345.05 |
| Šviesi duona | | | X.10 | | 40 | | | 2.12 | | | 0.32 | | | 21.68 | | | 92.4 |
| Konservuoti žalieji žirneliai | | | XVI.25 | | 60 | | | 2.94 | | | 0.12 | | | 9.48 | | | 38.4 |
| Pomidorai | | | XVI.3 | | 60 | | | 0.6 | | | 0.12 | | | 2.46 | | | 10.2 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | | | VI.4 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Jogurtas (2.5%) su persikais | | | X.12 | | 125 | | | 3.38 | | | 3.13 | | | 16.38 | | | 108.75 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **27.4** | | | **25.35** | | | **59.05** | | | **594.8** |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis) | | | I.11 | | 150 | | | 3.59 | | | 3.29 | | | 14.54 | | | 92.94 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 |
| Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis) | | | III.38 | | 101/108 | | | 26.85 | | | 8.87 | | | 16.83 | | | 254.4 |
| Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis) | | | XIV.3 | | 120 | | | 4.9 | | | 0.9 | | | 37.6 | | | 167.5 |
| Kopūstų salotos su agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | | | XVI.11 | | 130 | | | 1.95 | | | 5.23 | | | 0.64 | | | 67.53 |
| Vanduo su apelsinu (nesaldintas) | | | VI.14 | | 200 | | | 0.05 | | | 0.01 | | | 0.77 | | | 3.01 |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 200 | | | 0.8 | | | 0.8 | | | 26 | | | 117 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **40.45** | | | **19.52** | | | **112.13** | | | **767.78** |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Viso grūdo spelta miltų sklindžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis) | | | IX.1 | | 90 | | | 6.13 | | | 4.61 | | | 23.4 | | | 146.06 |
| Jogurtas (2.5%) su persikais (padažas) | | | IV.15 | | 35 | | | 0.96 | | | 0.89 | | | 4.6 | | | 30.45 |
| Pienas 2.5% | | | VI.15 | | 200 | | | 5.56 | | | 5 | | | 7.31 | | | 104.83 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **12.65** | | | **10.5** | | | **35.31** | | | **281.34** |
| **Vakarienė 19:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Varškės (9%) ir ryžių apkepas (tausojantis) | | | VII.12 | | 200 | | | 28.79 | | | 22.16 | | | 30.15 | | | 434.89 |
| Trintas šaldytų uogų padažas (braškės, avietės) | | | IV.12 | | 40 | | | 0.33 | | | 0.19 | | | 7.62 | | | 30.3 |
| Arbatžolių arbata (nesaldinta) | | | VI.4 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 150 | | | 0.6 | | | 0.6 | | | 19.5 | | | 87.5 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **29.72** | | | **22.95** | | | **75.65** | | | **552.69** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | | **110.22** | | | **78.32** | | | **282.14** | | | **2196.61** |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
|  | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| 3 savaitė | | |  | |  | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Penktadienis | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Pusryčiai 8:00val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Tiršta avižinių dribsnių košė su sviestu (82 %) (tausojantis) | | | II.1 | | 300/12 | | | 14.13 | | | 19.66 | | | 52.91 | | | 431.43 |
| Kakava su pienu (2.5%) (nesaldinta) | | | VI.2 | | 200 | | | 3.44 | | | 2.93 | | | 5.8 | | | 62.3 |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 120 | | | 0.48 | | | 0.48 | | | 15.6 | | | 70 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **18.05** | | | **23.07** | | | **74.31** | | | **563.73** |
| **Pietūs 12:00 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g\*** | | | | | | | | | **Energinė\* vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Žirnių-perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis) | | | I.9 | | 150 | | | 3.68 | | | 3.37 | | | 14.48 | | | 95.3 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | | | X.4 | | 30 | | | 2.31 | | | 0.42 | | | 15.75 | | | 65.4 |
| Kepta su garais riebi (lašiša) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis) | | | III.39 | | 110 | | | 10.62 | | | 17.57 | | | 0.51 | | | 301.59 |
| Virti makaronai (viso grūdo) (augalinis) (tausojantis) | | | XIV.9 | | 120 | | | 6.94 | | | 6.45 | | | 36.69 | | | 224.18 |
| Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis) | | | XVI.34 | | 110 | | | 3.8 | | | 4.87 | | | 9.34 | | | 87.14 |
| Pomidorai | | | XVI.3 | | 40 | | | 0.4 | | | 0.08 | | | 1.64 | | | 6.8 |
| Vanduo (nesaldintas) | | | VI.18 | | 200 | | |  | | |  | | |  | | |  |
| Sezoniniai vaisiai\* | | | X.8 | | 250 | | | 1 | | | 1 | | | 32.5 | | | 146.3 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **28.75** | | | **33.76** | | | **110.91** | | | **926.71** |
| **Pavakariai 15:30 val.** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | | | **Rp. Nr.** | | **Išeiga** | | | **Patiekalo maistinė vertė, g** | | | | | | | | | **Energinė vertė, kcal** |
| **baltymai, g** | | | **riebalai, g** | | | **angliavandeniai, g** | | |
| Viso grūdo keksiukai su obuoliais ir cinamonu | | | XVIII.9 | | 80 | | | 5.07 | | | 6.38 | | | 22.33 | | | 208.51 |
| Sūrio lazdelė | | | X.11 | | 20 | | | 4.2 | | | 4.6 | | | 0.4 | | | 69 |
| **Iš viso:** | | | | | | | | **9.27** | | | **10.98** | | | **22.73** | | | **277.51** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | | | | | | **56.07** | | | **67.81** | | | **207.95** | | | **1767.95** |
| \*Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų, daržovių teikti 10-10:30., val arba 15-16 val. | | | | | | | | | | | | | | | | | |

|  |
| --- |
|  |