

**1 savaitė
pirmadienis**

D1



Direktorės pavaduotoja
ugdymui
Raminta Mažeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr001	180	8.30	6.12	41.93	255.91
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.70	6.52	54.93	313.11

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr005	150	1.57	1.68	9.12	57.94
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Grietinėje troškinta kalakutienos filė su morkomis (tausojantis)	P014	110	23.67	5.17	29.33	258.54
Virtos grikių kruopos (tausojantis)(augalinis)	Gr013	100	4.20	1.03	23.10	118.50
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.2: agurkai, pomidorai) (augalinis)	D006	70	0.63	0.14	2.28	12.88
Pjaustyta paprika (augalinis)	D009	40	0.40	0.03	3.60	16.25
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	157.5	0.09	0.05	1.01	4.84
Iš viso:			30.68	9.60	68.60	483.55

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės apkepas (tausojantis)	86in.	140	18.59	12.28	21.36	270.31
Grietinė (30%)		30	0.72	9.00	0.93	87.60
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	150	0.00	0.00	3.00	12.00
Iš viso:			19.31	21.28	25.29	369.91
Iš viso (dienos davinio):			58.69	37.40	148.82	1166.57

**1 savaitė
antradienis**

D1



Tvirtiną: *Direktorė Skirmantė Kravčiukaitė*
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	U019	80	11.80	16.78	31.70	325.03
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			12.20	17.18	44.70	382.23

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru (Tausojantis)	Nr. 1-3/28ATP VVg 10N	150	1.42	1.46	7.90	50.65
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis)	D009	180	16.19	7.53	46.30	317.86
Grietinė (30%)		30	0.72	9.00	0.93	87.60
Morkų lazdelės (augalinis)	D000	100	1.11	0.22	8.67	41.10
Stalo vanduo pagardintas mėtų lapeliais	G009	150/7.50	0.11	0.07	0.14	1.61
Iš viso:			19.67	19.78	64.10	513.42

Vakarienė 15:30 - 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška (2.5%) kvietinių kruopų sriuba (tausojantis)	Nr. 26	200	6.67	9.27	17.97	182.00
Bandelės		60	2.89	2.27	33.41	165.61
Iš viso:			9.56	11.54	51.38	347.61
Iš viso (dienos davinio):			41.43	48.50	160.18	1243.26

1 savaitė
trečiadienis

D1



Direktorės pavaduotoja
ugdymui
Raf
Rominta Mažeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr024	180	9.07	8.64	37.31	263.26
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	2.00	8.00
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			9.47	9.04	52.31	328.46

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių sriuba (tausojantis)	Sr015	150	3.58	1.25	13.29	78.78
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Kiaulienos - jautienos maltinis (tausojantis)	K003	90	20.93	10.39	10.17	218.00
Birio perlinių kruopų košė (tausojantis)	Gr017	100	3.23	0.59	24.82	117.55
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	100	1.37	3.52	6.97	65.07
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas apelsinu ir mėty lapeliais	G009	150	0.17	0.09	0.97	5.29
Iš viso:			30.80	17.62	66.92	549.57

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Spelta miltų sklandžiai su obuoliais	M003	130	7.65	8.83	40.65	272.71
Grietinė (30%)		25	0.60	7.50	0.78	73.00
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	2.00	8.00
Iš viso:			8.25	16.33	43.43	353.71
Iš viso (dienos davinio):			48.52	42.99	162.66	1231.74

**1 savaitė
ketvirtadienis**

D1



Direktorė
Tvirtinu:
Skirėmė Krasauskaitė
(pareigos, vardas, pavardė)

[Signature]

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška penkių rūšių kruopų košė (tausojantis)	Kr019	160	11.25	7.15	40.13	269.81
Saulėgrąžos (košei)		5	1.05	2.55	1.00	31.15
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	2.00	8.00
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			12.70	10.10	56.13	366.16

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta morkų, paprikų ir svogūnų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-3/58T10	150	1.51	4.71	12.32	97.64
Grietinė (30%) sriuba		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Menkių filė kepsneliai (tausojantis)	P019.1	80	15.79	8.60	14.96	200.53
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2.27	2.93	16.68	102.10
Iceberg, pomidorų ir agurkų salotos apšlakstytos alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A	90	1.01	3.67	3.43	50.86
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas apelsinu ir mėtų lapeliais	G009	150	0.17	0.09	0.97	5.29
Iš viso:			22.27	21.78	59.06	521.30

Vakarienė 15:30 - 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtos pienoškos dešrelės (a.r.) (tausojantis)	Nr. 1	100	11.00	24.00	2.00	268.00
Viso grūdo ruginė duona		30	2.10	0.42	15.81	75.42
Pjaustyti agurkai (augalinis)	Nr. 83	50	0.40	0.10	1.20	7.30
Kmynų arbata	G001	150	0.00	0.00	2.00	8.00
Iš viso:			13.50	24.52	21.01	358.72
Iš viso (dienos davinio):			48.47	56.40	136.20	1246.18

**1 savaitė
penktadienis**

D1



Direktorės pavaduotoja
ugdymui Raminta Mazeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinio kuskuso kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr000	180	8.96	5.93	46.38	274.62
Vynuogės (be sėklių)		100	0.60	0.40	17.00	74.00
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.56	6.33	63.38	348.62

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1.37	1.34	11.55	63.69
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Plovas su vištiena (tausojantis)	P023	180	24.75	11.90	31.24	331.20
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.2: agurkai, pomidorai) (augalinis)	D006	50	0.45	0.10	1.63	9.20
Burokėliai kepti orkaitėje	4-8/1ATGP VVg 10N	50	0.77	1.78	4.58	37.44
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas braškėmis	G009	150/7.50	0.07	0.03	0.73	3.45
Iš viso:			28.93	16.93	60.43	509.86

Vakarienė 15:30 - 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su sviestu 82% ir varške 9% (tausojantis)	M008	200	13.47	14.33	41.45	348.72
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.47	14.33	41.45	348.72
Iš viso (dienos davinio):			51.96	37.59	165.26	1207.20

2 savaitė
pirmadienis

D1



Direktorė
Skirmantė Krastauskaitė
Tvirtinu: _____
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr001	180	8.30	6.12	41.93	255.91
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.70	6.52	54.93	313.11

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150	1.63	2.68	11.74	77.57
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Kapotos vištienos kepsniukai (tausojantis)	P019	90	18.62	8.52	8.56	185.35
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	100	4.20	1.03	23.10	118.50
Raugintų kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/17	100	0.93	3.71	5.88	58.81
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas braškėmis	G009	150/7.50	0.07	0.03	0.73	3.45
Iš viso:			26.97	17.75	60.71	508.56

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėčiai (tausojantis)	7-3/60T	140	16.74	8.10	34.52	277.88
Grietinė (30%)		30	0.72	9.00	0.93	87.60
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	150	0.00	0.00	3.00	12.00
Iš viso:			17.46	17.10	38.45	377.48
Iš viso (dienos davinio):			53.13	41.37	154.09	1199.15

2 savaitė
antradienis

D1



Tvirtinu:

Direktorė Skirmantė Krasauskaitė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pilno grūdo kvietinės duonos su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	U025	90	11.22	15.16	21.64	267.93
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.62	15.56	34.64	325.13

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lęšių ir saldžiųjų bulvių sriuba su špinatais	n0	150	3.66	2.42	22.27	125.63
Morkų ir kalakutienos troškiny	10-5/104TG 10N	90	17.91	8.55	3.25	161.61
TRAŠKIOS BULVYTĖS	4-8/166AT GPVVg 10N	100	1.90	4.77	17.37	120.05
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.4: agurkai, paprikos)	D006	100	0.90	0.14	5.70	27.62
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	150	0.03	0.03	0.98	4.29
Viso grūdo ruginė duona		30	2.10	0.42	15.81	75.42
Iš viso:			26.50	16.33	65.38	514.62

Vakarienė 15:30 - 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojojantis)	Sr035	200	6.50	9.21	17.69	179.60
Bandelės be priedų		50	2.41	1.89	27.84	138.01
Iš viso:			8.91	11.10	45.53	317.61
Iš viso (dienos davinio):			47.03	42.99	145.55	1157.36

2 savaitė
trečiadienis

D1



Direktorė *Skirmantė Kraskauskaitė*
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/34AT	200	10.89	8.65	36.10	265.81
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.29	9.05	49.10	323.01

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	2.41	2.33	18.52	104.66
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	K003	80	14.38	5.52	8.41	140.78
Pilno grūdo virti makaronai (tausojantis)	Gr010	90	3.63	3.69	25.39	149.27
Šviežių daržovių rinkinukas apšlakstytas alyvuogių aliejumi	D006	100	0.90	5.20	3.25	63.40
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	G009	150/7	0.06	0.01	0.77	3.43
Iš viso:			21.50	18.25	56.50	476.14

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Spelta miltų - varškės 9% blynėliai	V002	140	15.56	17.09	27.02	324.12
Trintos šaldytos braškės	Nr. 98	20	0.16	0.07	4.11	17.70
Natūralus jogurtas (3,5%)		20	0.66	0.50	0.84	10.53
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.38	17.66	31.97	352.35
Iš viso (dienos davinio):			49.17	44.96	137.57	1151.50

2 savaitė
ketvirtadienis

D1



Direktorės pavaduotoja

ugdymui

Samanta Mažeikiene

(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu ir fermentiniu sūriu (tausojantis)	U026	90	12.47	13.66	20.43	254.57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			12.87	14.06	33.43	311.77

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bulvių sriuba su kruopomis (tausojantis)	Nr. 10	150	2.68	3.45	17.45	111.52
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Orkaitėje kepta lašišos filė (tausojantis)	Ž001	80	9.65	11.35	0.32	142.00
Biri ryžių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Gr007	100	2.22	2.56	19.15	108.50
Salotos su brokoliais (augalinis)	2-1/23A	100	1.54	4.10	8.52	76.90
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas mėtų lapeliais	G009	150/7.50	0.11	0.07	0.14	1.61
Iš viso:			17.72	23.31	56.28	505.41

Vakarienė 15:30 - 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kepti varškėčiai (tausojantis)	R.Nr.81	130	19.43	12.16	24.73	285.99
Grietinė (30%)		30	0.72	9.00	0.93	87.60
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			20.15	21.16	25.66	373.59
Iš viso (dienos davinio):			50.74	58.53	115.37	1190.77

**2 savaitė
penktadienis**

D1



Direktorė
Skirmantė Krasiūnaitė
Tvirtinu: *Skirmantė Krasiūnaitė*
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinio kuskuso kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr000	180	8.96	5.93	46.38	274.62
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0.04	0.02	4.23	17.27
Iš viso:			9.40	6.35	63.61	349.09

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr005	150	1.57	1.68	9.12	57.94
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Bulvių plokštainis su vištiena	D010	180	17.75	4.92	29.64	233.98
Grietinė (30%)		30	0.72	9.00	0.93	87.60
Rauginti agurkai, pomidorai (augalinis)	D092	100	0.85	0.35	3.45	20.35
Stalo vanduo pagardintas kriausėmis	G009	150/7.50	0.03	0.02	1.01	4.35
Višo grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Iš viso:			22.44	17.75	54.85	469.10

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	M008	180	10.99	8.00	47.77	307.02
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0.04	0.02	4.23	17.27
Pjaustyta paprika (augalinis)	D009	40	0.40	0.03	3.60	16.25
Iš viso:			11.43	8.05	55.60	340.54
Iš viso (dienos davinio):			43.27	32.15	174.06	1158.73

3 savaitė
pirmadienis

D1



Sirektorės pavaduotoja
ugdymui
Raminta Mažeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr003	200/5	7.03	6.18	43.81	258.97
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.43	6.58	56.81	316.17

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žiedinių kopūstų ir brokolių sriuba (tausojantis)	Se-Sr17	150	1.61	0.21	7.50	38.37
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	90	20.43	8.87	5.70	184.25
Pilno grūdo virti makaronai (tausojantis)	Gr010	100	4.03	3.28	28.19	158.43
Kopūstų ir šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)	S001.1	100	1.22	3.83	4.97	59.22
Stalo vanduo pagardintas sezoniniais vaisiais arba uogomis	G009	150/7.50	0.06	0.02	0.83	3.68
Iš viso:			28.87	17.99	57.89	508.83

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kepti varškėčiai (tausojantis)	R.Nr.81	140	20.91	13.09	26.63	307.97
Grietinė (30%)		25	0.60	7.50	0.78	73.00
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.51	20.59	27.41	380.97
Iš viso (dienos davinio):			57.81	45.16	142.11	1205.97

**3 savaitė
antradienis**

D1



Tvirtinu:

Rag
Direktorės pavaduotoja
ugdymui
Jūta Mažeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	U019	90	10.62	15.11	28.53	292.53
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.02	15.51	41.53	349.73

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	150	1.04	1.26	5.71	38.36
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Zemaičių blynai su kiauliena (tausojantis)	D011	180	19.04	4.57	32.07	245.64
Grietinė (30%)		30	0.72	9.00	0.93	87.60
Morkų lazdelės (augalinis)	D000	100	1.11	0.22	8.67	41.10
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			23.43	16.83	58.08	477.58

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška 2.5 %perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	Nr. 26	250	7.96	11.57	23.69	230.69
Bandelės be priedų		50	2.41	1.89	27.84	138.01
Iš viso:			10.37	13.46	51.53	368.70
Iš viso (dienos davinio):			44.82	45.80	151.14	1196.01

**3 savaitė
trečiadienis**

D1



Direktorės pavaduotoja
ugdymui *Ratė*
Raminta Mažeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	R. Nr. 88	120	11.42	20.10	6.26	251.61
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	D000.3	40	0.40	0.08	1.64	8.88
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.62	20.86	31.44	367.97

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150	1.39	2.08	7.24	53.20
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Orkaitėje kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	P025	90	21.70	15.42	1.71	232.41
Biri miežinių kruopų košė (tausojantis)	Gr005	100	4.36	0.84	25.64	127.51
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	S009	100	1.55	7.23	11.86	118.74
Stalo vanduo		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			29.12	27.07	46.61	546.46

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sklindžiai su bananais	R Nr75	140	10.74	8.75	56.30	346.75
Natūralus jogurtas (3,5%)		20	0.66	0.50	0.84	10.53
Braškės		15	0.14	0.06	1.46	6.90
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.54	9.31	58.60	364.18
Iš viso (dienos davinio):			54.28	57.24	136.65	1278.61

3 savaitė
ketvirtadienis

D1



Direktorės pavaduotoja
R. Mažeikienė
Raminta Mažeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr011	200	9.95	9.27	30.48	245.17
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.35	9.67	43.48	302.37

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba su vištienos filė gabaliukais, (Tausojantis)	nr 1-3/23 t10n	150	5.96	2.84	7.85	80.87
Menkių filė žuvies maltiniai (tausojantis)	Ž011	80	11.63	12.31	10.86	200.69
TRAŠKIOS BULVYTĖS	4-8/166AT GPVVg 10N	100	1.90	4.77	17.37	120.05
Lapinės salotos su porais, pomidorais ir agurkais (augalinis) (tausojantis)	2-1/2A	100	1.07	3.21	3.38	46.72
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas sezoniniais vaisiais arba uogomis	G009	150/7.50	0.03	0.02	1.01	4.35
Iš viso:			21.99	23.43	51.01	502.96

Vakarienė 15:30 - 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės apkepas (tausojantis)	86in.	140	18.59	12.28	21.36	270.31
Natūralus jogurtas (3,5%)		30	0.99	0.75	1.26	15.79
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0.04	0.02	4.23	17.27
Iš viso:			19.62	13.05	26.85	303.37
Iš viso (dienos davinio):			51.96	46.15	121.34	1108.70

3 savaitė
penktadienis

D1



Direktorės pavaduotoja
ugdymui
Raminta Mažeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bulguro kruopų košė pagardinta saulėgrąžomis (tausojantis)	Nr1	200	7.91	9.11	27.13	222.16
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0.04	0.02	4.23	17.27
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			8.35	9.53	44.36	296.63

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pomidorinė sriuba (tausojantis)	Sr013	150	1.05	2.24	7.83	55.68
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Karališki balandėliai (tausojantis.)	Nr.63	125/15	22.86	9.59	10.32	218.94
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2.27	2.93	16.68	102.10
Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)	S011	100	0.78	3.53	2.40	44.52
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	150/7.50	0.09	0.05	0.96	4.61
Iš viso:			28.57	20.12	48.89	490.73

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bananiniai virtinukai (Tausojantis)	Nr 7-3/67TPc V 10N	120	11.10	4.81	34.54	225.88
Grietinė (30%)		30	0.72	9.00	0.93	87.60
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0.04	0.02	4.23	17.27
Iš viso:			11.86	13.83	39.70	330.75
Iš viso (dienos davinio):			48.78	43.48	132.95	1118.11