

**1 savaitė
pirmadienis**

L1



Direktoriaus pavaduotoja
ugdymui
Raminta 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	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr001	150	6.92	5.10	34.94	213.26
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.24	5.42	45.34	259.02

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	100	1.04	1.13	6.08	38.64
Grietinė (30%) sriubai		3	0.07	0.90	0.09	8.76
Grietinėje troškinta kalakutienos filė su morkomis (tausojantis)	P014	90	19.37	4.22	23.99	211.53
Virtos grikių kruopos (tausojantis)(augalinis)	Gr013	90	3.78	0.93	20.79	106.65
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.2: agurkai, pomidorai) (augalinis)	D006	60	0.54	0.12	1.95	11.04
Pjaustyta paprika (augalinis)	D009	30	0.30	0.02	2.70	12.19
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	107.5	0.06	0.03	0.69	3.30
Iš viso:			25.16	7.35	56.29	392.11

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.	130	17.27	11.40	19.82	251.00
Grietinė (30%)		15	0.36	4.50	0.47	43.80
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	100	0.00	0.00	2.00	8.00
Iš viso:			17.63	15.90	22.29	302.80
Iš viso (dienos davinio):			50.03	28.67	123.92	953.93

1 savaitė
antradienis

L1



Direktorė

Tyrimas

Skirnantė Krasauskaitė

Sheeny

(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	60	8.86	12.59	23.78	243.77
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Iš viso:			9.18	12.91	34.18	289.53

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	100	0.96	0.98	5.27	33.77
Grietinė (30%) sriubai		4	0.10	1.20	0.12	11.68
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis)	D009	150	13.50	6.29	38.59	264.88
Grietinė (30%)		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Morkų lazdelės (augalinis)	D000	90	1.00	0.20	7.80	36.99
Stalo vanduo pagardintas mėtų lapeliais	G009	100	0.07	0.05	0.09	1.07
Iš viso:			16.11	14.72	52.49	406.79

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	180	6.00	8.34	16.17	163.80
Bandelės		40	1.93	1.51	22.27	110.41
Iš viso:			7.93	9.85	38.44	274.21
Iš viso (dienos davinio):			33.22	37.48	125.11	970.53

**1 savaitė
trečiadienis**

L1



Direktorės 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 grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausoįantis)	Kr024	150	7.56	7.20	31.09	219.38
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	1.33	5.33
Sezoninių vaisių lėkštėlė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Iš viso:			7.88	7.52	42.82	270.47

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių sriuba (tausoįantis)	Sr015	100	2.39	0.84	8.87	52.52
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Kiaulienos - jautienos maltinis (tausoįantis)	K003	70	16.28	8.09	7.92	169.55
Biri perlinių kruopų košė (tausoįantis)	Gr017	80	2.59	0.48	19.85	94.04
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	80	1.10	2.82	5.58	52.06
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas apelsinu ir mėtų lapeliais	G009	100	0.11	0.06	0.64	3.52
Iš viso:			23.99	14.07	53.56	436.57

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Spelta miltų sklandžiai su obuoliais	M003	120	7.06	8.15	37.52	251.73
Grietinė (30%)		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	1.33	5.33
Iš viso:			7.54	14.15	39.47	315.46
Iš viso (dienos davinių):			39.41	35.74	135.85	1022.50

1 savaitė
ketvirtadienis

L1



Direktorė
Klimantė Krasauskaitė
(pareigos, vardas, pavardė)

Šuu

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	140	9.84	6.25	35.12	236.09
Saulėgrąžos (košei)		3	0.63	1.53	0.60	18.69
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	1.33	5.33
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Iš viso:			10.79	8.10	47.45	305.87

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	100	1.01	3.14	8.22	65.10
Grietinė (30%) sriuba		3	0.07	0.90	0.09	8.76
Menkių filė kepsneliai (tausojantis)	P019.1	70	13.82	7.53	13.09	175.46
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	90	2.05	2.63	15.01	91.88
Iceberg, pomidorų ir agurkų salotos apšlakstytos alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A	70	0.79	2.85	2.68	39.55
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas apelsinu ir mėtų lapeliais	G009	100	0.11	0.06	0.64	3.52
Iš viso:			19.25	17.39	50.27	434.55

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	80	8.80	19.20	1.60	214.40
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Pjaustyti agurkai (augalinis)	Nr. 83	40	0.32	0.08	0.96	5.84
Kmynų arbata	G001	100	0.00	0.00	1.33	5.33
Iš viso:			10.52	19.56	14.43	275.85
Iš viso (dienos davinio):			40.56	45.05	112.15	1016.27

**1 savaitė
penktadienis**

L1



Direktoriaus pavaduotoja
ugdymui *Raig*
Raminta Mažeikienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinio kuskuso kruopų košė su sviestu (82%) (tausoiantis)	Kr000	150/3.75	7.46	4.95	38.65	228.86
Vynuogės (be sėklų)		80	0.48	0.32	13.60	59.20
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.94	5.27	52.25	288.06

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Barščių sriuba (tausoiantis) (augalinis)	Sr003	100	0.91	0.89	7.71	42.46
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Plovas su vištiena (tausoiantis)	P023	160	22.01	10.59	27.77	294.41
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.2: agurkai, pomidorai) (augalinis)	D006	40	0.36	0.08	1.30	7.36
Burokėliai kepti orkaitėje	4-8/1ATGP VVg 10N	40	0.62	1.43	3.66	29.95
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas braškėmis	G009	100/5.00	0.05	0.02	0.49	2.30
Iš viso:			25.47	14.79	51.63	441.36

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su sviestu 82% ir varške 9% (tausoiantis)	M008	150	10.11	10.75	31.08	261.53
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.11	10.75	31.08	261.53
Iš viso (dienos davinio):			43.52	30.81	134.96	990.95

**2 savaitė
pirmadienis**

L1



Tvirtinu:

Direktorė
Skirmantė Krasauskaitė

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	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr001	150	6.92	5.10	34.94	213.26
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.24	5.42	45.34	259.02

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	100	1.09	1.79	7.84	51.70
Grietinė (30%) sriubai		4	0.10	1.20	0.12	11.68
Kapotos vištienos kepsniukai (tausojantis)	P019	80	16.55	7.58	7.60	164.77
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	90	3.78	0.93	20.79	106.65
Raugintų kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/17	90	0.84	3.35	5.30	52.94
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas braškėmis	G009	100/5.00	0.05	0.02	0.49	2.30
Iš viso:			23.81	15.15	52.68	440.32

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	120	14.35	6.94	29.58	238.19
Grietinė (30%)		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	100	0.00	0.00	2.00	8.00
Iš viso:			14.83	12.94	32.20	304.59
Iš viso (dienos davinio):			45.88	33.51	130.22	1003.93

**2 savaitė
antradienis**

L1



Skimantė Krasauskaitė
Direktorė
Skimantė Krasauskaitė

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	70	8.73	11.79	16.83	208.40
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.05	12.11	27.23	254.16

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	100	2.44	1.62	14.87	83.76
Morkų ir kalakutienos troškinys	10-5/104TG 10N	80	15.91	7.59	2.91	143.66
TRAŠKIOS BULVYTĖS	4-8/166AT GPVVg 10N	90	1.71	4.30	15.63	108.05
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.4: agurkai, paprikos)	D006	90	0.81	0.12	5.13	24.85
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	100	0.02	0.02	0.65	2.86
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Iš viso:			22.29	13.93	49.73	413.46

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 (tausojantis)	Sr035	150	4.88	6.90	13.27	134.70
Bandelės be priedų		50	2.41	1.89	27.84	138.01
Iš viso:			7.29	8.79	41.11	272.71
Iš viso (dienos davinio):			38.63	34.83	118.07	940.33

2 savaitė
trečiadienis

L1



Direktorė
Skirmantė Krasauskaitė
(pareigos, vardas, pavardė)

Sluokis

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%) (tausojančios)	3-3/34AT	150	8.17	6.50	27.08	199.37
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.49	6.82	37.48	245.13

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr012	100	1.60	1.56	12.35	69.78
Grietinė (30%) sriubai		4	0.10	1.20	0.12	11.68
Kiaulienos maltinis (tausojančios)	K003	70	12.59	4.84	7.35	123.17
Pilno grūdo virti makaronai (tausojančios)	Gr010	80	3.23	3.27	22.57	132.69
Šviežių daržovių rinkinukas apšlakstytas alyvuogių aliejumi	D006	90	0.81	4.68	2.93	57.06
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	G009	100/5.5	0.04	0.01	0.51	2.29
Iš viso:			18.37	15.56	45.83	396.67

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	120	13.34	14.65	23.17	277.81
Trintos šaldytos braškės	Nr. 98	15	0.12	0.05	3.08	13.27
Natūralus jogurtas (3,5%)		15	0.50	0.38	0.63	7.89
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.96	15.08	26.88	298.97
Iš viso (dienos davinio):			40.82	37.46	110.19	940.77

2 savaitė
ketvirtadienis

L1



Direktorės pavaduotoja
ugdymui
Raminta Mazeikiene
(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	75	10.40	11.38	17.02	212.15
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Iš viso:			10.72	11.70	27.42	257.91

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	100	1.77	2.30	11.62	74.35
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Orkaitėje kepta lašišos filė (tausojantis)	Ž001	70	8.44	9.92	0.28	124.26
Birnių ryžių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Gr007	80	1.77	2.05	15.32	86.80
Salotos su brokoliais (augalinis)	2-1/23A	80	1.23	3.25	6.81	61.52
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas mėtų lapeliais	G009	100	0.07	0.05	0.09	1.07
Iš viso:			14.80	19.35	44.82	412.88

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	115	17.17	10.76	21.87	252.99
Grietinė (30%)		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			17.65	16.76	22.49	311.39
Iš viso (dienos davinio):			43.17	47.81	94.73	982.18

**2 savaitė
penktadienis**

L1



Tvirtinu:

Direktorius
Skirmantė Krauskaitė

(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	150/3.75	7.46	4.95	38.65	228.86
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0.02	0.01	2.82	11.51
Iš viso:			7.80	5.28	51.87	286.13

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr005	100	1.04	1.13	6.08	38.64
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Bulvių plokštainis su vištiena	D010	140	13.81	3.84	23.06	181.97
Grietinė (30%)		25	0.60	7.50	0.78	73.00
Rauginti agurkai, pomidorai (augalinis)	D092	90	0.77	0.32	3.11	18.32
Stalo vanduo pagardintas kriaušėmis	G009	100	0.02	0.02	0.67	2.90
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Iš viso:			17.76	14.59	44.40	379.71

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	150	9.15	6.66	39.82	255.85
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0.02	0.01	2.82	11.51
Pjaustyta paprika (augalinis)	D009	30	0.30	0.02	2.70	12.19
Iš viso:			9.47	6.69	45.34	279.55
Iš viso (dienos davinio):			35.03	26.56	141.61	945.39

**3 savaitė
pirmadienis**

L1



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 ryžių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr003	150/3.75	5.27	4.64	32.86	194.23
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			5.59	4.96	43.26	239.99

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žiedinių kopūstų ir brokolių sriuba (tausojantis)	Se-Sr17	100	1.08	0.14	5.00	25.59
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	70	15.89	6.90	4.43	143.31
Pilno grūdo virti makaronai (tausojantis)	Gr010	90	3.63	2.95	25.38	142.58
Kopūstų ir šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)	S001.1	90	1.09	3.45	4.48	53.27
Stalo vanduo pagardintas sezoniniais vaisiais arba uogomis	G009	105	0.04	0.01	0.55	2.45
Iš viso:			23.25	15.23	50.54	432.08

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	120	17.93	11.22	22.81	263.98
Grietinė (30%)		15	0.36	4.50	0.47	43.80
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.29	15.72	23.28	307.78
Iš viso (dienos davinio):			47.13	35.91	117.08	979.85



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	70	8.26	11.75	22.19	227.52
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.58	12.07	32.59	273.28

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Spinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	100	0.68	0.85	3.82	25.57
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Žemaičių blynai su kiauliena (tausojantis)	D011	150	15.87	3.81	26.73	204.68
Grietinė (30%)		25	0.60	7.50	0.78	73.00
Morkų lazdelės (augalinis)	D000	90	1.00	0.20	7.80	36.99
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.67	14.14	49.83	405.12

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	200	6.37	9.26	18.94	184.54
Bandelės be priedų		40	1.93	1.51	22.27	110.41
Iš viso:			8.30	10.77	41.21	294.95
Iš viso (dienos davinio):			36.55	36.98	123.63	973.35



Pusryčiai 8:30 - 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	R. Nr. 88	90	8.56	15.08	4.71	188.71
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	D000.3	30	0.30	0.06	1.23	6.66
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta arbatžolių arbata	G004	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.58	15.74	26.88	291.41

Pietūs 11:30 - 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100	0.93	1.39	4.83	35.47
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Orkaitėje kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	P025	70	16.88	12.00	1.33	180.77
Birli miežinių kruopų košė (tausojantis)	Gr005	90	3.92	0.75	23.07	114.76
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	S009	80	1.25	5.78	9.49	94.99
Stalo vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			23.10	21.42	38.88	440.59

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sklandžiai su bananais	R Nr75	120	9.20	7.48	48.25	297.21
Natūralus jogurtas (3,5%)		15	0.50	0.38	0.63	7.89
Braškės		10	0.09	0.04	0.97	4.60
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.79	7.90	49.85	309.70
Iš viso (dienos davinio):			43.47	45.06	115.61	1041.70

3 savaitė
ketvirtadienis

L1



Direktorės pavaduotoja
Ugdymui
Raiminta 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	160	7.96	7.42	24.38	196.14
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.28	7.74	34.78	241.90

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	100	3.99	1.90	5.23	53.89
Menkių filė žuvies maltiniai (tausojantis)	Ž011	70	10.17	10.78	9.49	175.60
TRAŠKIOS BULVYTĖS	4-8/166AT GPVVg 10N	90	1.71	4.30	15.63	108.05
Lapinės salotos su porais, pomidorais ir agurkais (augalinis) (tausojantis)	2-1/2A	90	0.97	2.89	3.04	42.07
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo pagardintas sezoniniais vaisiais arba uogomis	G009	105	0.02	0.02	0.67	2.90
Iš viso:			18.26	20.17	44.60	432.79

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.	120	15.93	10.52	18.31	231.70
Natūralus jogurtas (3,5%)		25	0.83	0.63	1.05	13.16
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0.02	0.01	2.82	11.51
Iš viso:			16.78	11.16	22.18	256.37
Iš viso (dlenos davinio):			43.32	39.07	101.56	931.06

**3 savaitė
penktadienis**

L1



Direktorės pavaduotoja
ugdymui
Raig
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	150	5.93	6.83	20.34	166.61
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0.02	0.01	2.82	11.51
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			6.35	7.24	36.16	235.32

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	100	0.70	1.49	5.22	37.13
Grietinė (30%) sriubai		5	0.12	1.50	0.16	14.60
Karališki baltieji (tausojantis.)	Nr.63	110/15	19.58	8.23	8.84	187.63
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	90	2.05	2.63	15.01	91.88
Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)	S011	90	0.71	3.18	2.16	40.07
Viso grūdo ruginė duona		20	1.40	0.28	10.54	50.28
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	100	0.06	0.03	0.64	3.07
Iš viso:			24.62	17.34	42.57	424.66

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	110	10.18	4.41	31.65	207.06
Grietinė (30%)		25	0.60	7.50	0.78	73.00
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0.02	0.01	2.82	11.51
Iš viso:			10.80	11.92	35.25	291.57
Iš viso (dienos davinio):			41.77	36.50	113.98	951.55