

6-10 m. amžiaus vaikams

1 savaitė
Pirmadienis**PUSRYČIAI**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sumuštinis su kiaušiniu (juoda duona) ^{1,3}	5Š	0,5/5/20	3,98	6,79	8,71	111,64
Nesaldinta arbata (erškėtrožių)	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,98	6,79	8,71	111,64

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	7 Sr	100	0,95	2,12	5,77	42,85
Grietinė 30% ⁷	7 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	82,5	20,34	14,26	1,67	214,53
Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	7Gar	50	3,07	2,76	16,78	102,33
Brokolių salotos su porais, obuoliais ir jogurto padažas ⁷	43S	100	3,06	0,86	7,66	42,59
Iš viso:			29,00	21,52	40,53	457,06

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliav-	
Lietiniai su bananais (tausojantis) ^{1,7}	75A	100/50	8,57	6,47	46,41	273,75
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	75A	15	0,51	1,50	0,63	18,00
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu ⁷	10D	80/20	1,44	0,42	15,73	67,75
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			10,52	8,39	62,77	359,50
Iš viso dienos davinio:			43,50	36,70	112,01	928,20

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Antradienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri perlinių kruopų košė su sviestu (augalinis, tausojantis) ⁷	104A	150/7,5	5,07	7,15	38,11	226,04
Nesaldinta arbata ramunėlių	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,07	7,15	38,11	226,04

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	100	2,43	2,20	9,74	62,38
Grietinė 30% ⁷	7 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis) ³	62A	100	20,00	11,91	6,30	210,02
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	100	0,90	9,63	9,76	120,77
Iš viso:			25,98	25,33	44,02	490,53

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis) ^{3,7}	87A	100	14,49	11,12	12,82	209,59
Uogienė*	87A	15	0,05	0,00	10,64	40,65
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			16,06	11,72	51,34	362,24
Iš viso dienos davinio:			47,11	44,20	133,47	1078,81

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Trečiadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių dribsnių košė ^{1,7}	112A	100	4,31	3,45	18,62	122,72
Pienas 2,5% ⁷		100	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			7,71	5,95	23,52	178,72

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	1Sr	100	0,94	2,10	7,11	48,33
Grietinė 30% ⁷	1 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kepta paukštienos file (tausojantis) ³	30A	75	18,38	5,28	6,62	147,79
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, augalinis) ¹	8Gar	50	2,89	2,62	11,17	83,17
Pekino kopūstų salotos su agurkais, porais, aliejaus padažu (augalinis)	54Sa	100	1,37	9,81	4,02	104,61
Iš viso:			25,16	21,33	37,57	438,66

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) ^{3,7}	85A	150	22,58	15,55	24,70	331,31
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	85A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			24,78	18,15	53,42	467,31
Iš viso dienos davinio:			57,65	45,43	114,51	1084,69

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiaga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti sumuštiniai su sūriu ^{1,7}	10Š	1vnt/17,5	8,50	14,31	6,89	190,95
Nesaldinta arbata čiobrelių	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,50	14,31	6,89	190,95

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiaga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	100	1,12	2,14	7,68	52,30
Grietinė 30% ⁷	12 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kalakutienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	75/75	22,50	11,88	20,66	272,08
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6Sa	100	1,36	5,19	6,19	68,97
Iš viso:			26,56	20,73	43,18	448,11

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiaga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis) ^{1,3,7}	83A	100	17,17	10,71	16,57	229,60
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	83A	15	0,51	1,50	0,63	18,00
Vaisiai*		150	1,14	0,45	20,91	84,00
Iš viso:			18,82	12,66	38,11	331,60
Iš viso dienos davinio:			53,88	47,70	88,18	970,66

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Penktadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su daržovėmis (tausojantis) ^{3,7}	94A	80/25	8,86	10,49	7,88	157,20
Pomidorai	37S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			10,84	10,91	18,46	208,74

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis, augalinis)	23Sr	100	0,71	2,18	6,22	44,56
Grietinė 30% ⁷	23Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis) ^{1,3}	42A	75	15,40	8,91	8,19	174,05
Biri ryžių kruopų košė	5G	50	1,67	2,08	14,42	85,30
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, marin, agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	20Sa	100	2,53	9,48	9,17	122,19
Iš viso:			21,89	24,17	46,65	480,86

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške ^{1,3,7}	65A	100	16,10	10,66	20,98	153,05
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	65A	15	0,51	1,50	0,63	18,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			18,13	12,76	49,49	283,05
Iš viso dienos davinio:			50,86	47,84	114,60	972,65

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis) ^{1,7}	110A	100	4,92	4,91	17,57	129,70
Uogienė*	110A	15	0,05	0,00	10,64	81,30
Nesaldinta arbata (čiobrelių)	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			4,97	4,91	28,21	211,00

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	2Sr	100	1,79	2,16	9,10	58,29
Grietinė 30% ⁷	2 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis) ³	17A	75	15,98	10,53	8,71	191,16
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Ridikų salotos su obuoliais ir morkomis aliejaus padažu (augalinis)	53Sa	100	0,90	9,60	8,38	116,27
Iš viso:			21,32	23,88	44,41	463,08

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (varškė 9 %) (tausojantis) ^{1,3,7}	89A	150	18,00	10,04	30,48	285,19
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	89A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Vaisiai*		150	1,14	0,45	20,91	84,00
Iš viso:			19,82	12,49	52,23	393,19
Iš viso dienos davinio:			46,11	41,28	124,85	1067,27

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Antradienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis) ^{3,7}	91A	100	9,94	13,02	6,05	180,86
Pomidorai	37S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kakava su pienu be cukraus ⁷	1G	150	3,18	2,51	5,03	51,45
Iš viso:			15,10	15,95	21,66	283,85

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	20Sr	100	0,98	2,12	5,62	42,18
Grietinė 30% ⁷	20 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis) ³	34A	75	15,92	9,42	7,13	176,28
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	50	1,66	2,31	12,55	73,84
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika) aliejaus padažas (augalinis)	5S	100	1,51	9,90	6,06	110,51
Iš viso:			21,65	25,27	40,01	457,57

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (varškė 9%) (tausojantis) ^{1,3,7}	80A	75/75	17,84	8,58	35,89	286,84
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	80A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Trintos uogos su jogurtu ⁷	10D	80/20	1,44	0,42	15,73	67,75
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			21,48	11,60	80,34	490,59
Iš viso dienos davinio:			58,23	52,82	142,01	1232,01

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Trečiadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis) ¹	64A	100	5,82	5,38	22,37	168,17
Natūralus pomidorų padažas	64A	15	0,59	0,08	3,56	16,50
Iš viso:			6,41	5,46	25,93	184,67

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž. Žirnelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	100	1,00	2,10	6,42	45,78
Grietinė 30% ⁷	17 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kepta lašišos file (tausojantis) ⁴	37A	75	19,58	16,50	1,26	230,60
Biri ryžių (nešlifuoti) kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	5Gar	50	1,36	2,35	14,48	81,88
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, saulėgrąžomis, nesaldinto jogurto padažu ⁷	13S	100	4,33	5,29	7,11	85,85
Iš viso:			27,85	27,76	37,92	498,87

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės bulvių kukulaičiai (varškė 9 %) (tausojantis) ^{1,3,7}	90A	75/75	16,02	7,79	33,68	267,69
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	90A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Žalieji žirneliai	41S	75	3,68	0,15	11,85	48,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			21,90	10,54	74,25	451,69
Iš viso dienos davinio:			56,16	43,76	138,10	1135,23

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Ketvirtadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta dribsnių kruopų košė (avižinių)(avižiniai dr.) ^{1,7}	110A	100	4,92	4,91	17,57	129,70
Uogienė*	110A	15	0,05	0,00	10,64	40,65
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			4,97	4,91	28,21	170,35

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis	17Sr	100	2,63	2,16	9,50	64,14
Grietinė 30% ⁷	17 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Maltas paukštienos file kepsnys (tausojantis) ³	34A	75	18,50	7,69	7,13	171,36
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, augalinis)	8Gar	50	2,89	2,62	11,17	83,17
Salotos su pekininiais kopūstais, pomidorais, porais su aliejaus padažu	24Sal	100	1,36	9,76	4,62	107,31
Iš viso:			26,96	23,75	41,07	480,74

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su razinomis ^{3,7}	86A	100	14,94	10,22	19,13	228,22
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	86A	15	0,51	1,50	0,63	18,00
Jogurtas ⁷		75	0,60	0,60	20,80	91,50
Iš viso:			16,05	12,32	40,56	337,72
Iš viso dienos davinio:			47,98	40,98	90,08	988,81

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Penktadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė su bananais ir trintomis braškėmis ⁷	5D	100	7,85	5,32	8,64	115,28
Arbata melisų su citrina	1G	150	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			7,89	5,34	9,12	116,91

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	24Sr	100	1,04	2,20	7,62	51,28
Grietinė 30% ⁷	24 Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos kepinukai (tausojantis) ^{3,6,10}	10A	75	14,30	12,55	8,81	204,55
Biri grikių kruopų košė (augalinis, tausojanti)	7Gar	50	3,07	2,76	16,78	102,33
Salierų salotos su agurkais, morkomis, aliejaus padažu ⁹	61S	100	1,34	9,91	6,47	110,51
Iš viso:			21,33	28,94	48,33	523,43

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis) ^{1,3,7}	82A	100	13,73	6,76	22,35	201,89
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	82A	15	0,51	1,50	0,63	18,00
Bananų desertas su jogurtu ⁷	3D	80/20	1,56	0,39	19,70	85,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			17,32	9,25	70,56	416,89
Iš viso dienos davinio:			46,54	43,53	128,01	1057,23

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Pirmadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūris su medumi ⁷	7D	40/20	8,10	5,20	17,78	150,00
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	1G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			8,15	5,23	18,42	152,17

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis) ³	10Sr	100	1,36	2,64	6,69	53,39
Grietinė 30% ⁷	10Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Jautienos-kiaulienos maltinis (tausojantis) ³	16A	75	15,24	10,07	8,81	184,30
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis) ¹	8Gar	50	2,89	2,62	11,17	83,17
Raugintų kopūstų salotos su keptais svogūnais (augalinis)	9S	100	0,94	10,04	5,24	111,40
Iš viso:			22,01	26,89	40,56	487,02

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške (varškė 9%, tausojantis) ^{1,3,7}	74A	100/50	18,15	12,14	37,72	330,33
Trinti bananai su trintomis braškėmis*	14D	32,5/17,5	0,82	0,17	9,21	38,70
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			20,49	12,91	74,81	481,03
Iš viso dienos davinio:			50,65	45,03	133,79	1120,22

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Antradienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis) ^{1,7}	109A	100	3,92	3,93	16,00	117,00
Pienas 2,5% ⁷		120	3,67	2,73	5,29	60,48
Iš viso:			7,59	6,66	21,29	177,48

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis	17Sr	100	2,39	2,18	9,59	63,18
Grietinė 30% ⁷	17Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Žuvies kepinukai (lydekos file) ^{3,4,6,10}	41A	75	13,08	9,77	8,81	176,17
Virtos bulvės	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Burokėlių salotos su keptais svogūnais (augalinis)	16Sa	100	1,73	5,14	11,69	89,83
Iš viso:			19,85	18,68	48,31	426,54

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis) ^{1,3,7}	84A	100	14,27	11,30	15,18	217,03
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	84A	15	0,51	1,50	0,63	18,00
Trinti bananai su jogurtu ⁷	11D	80/20	1,56	0,39	19,70	85,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			17,86	13,79	63,39	432,03
Iš viso dienos davinio:			45,30	39,13	132,99	1036,05

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Trečiadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu (tausojantis) ^{3,7}	93A	88	11,92	13,48	4,79	187,92
Pomidorai	37S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			12,42	13,58	6,84	196,42

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir švž. kopūstais(tausojantis, augalinis)	3Sr	100	1,57	2,16	6,29	45,49
Grietinė 30% ⁷	3Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Pilno grūdo makaronai su kiauliena (tausojantis) ¹	68A	75/75	26,86	11,95	22,62	308,84
Daržovių salotos su kmynais	31S	100	1,10	9,71	5,49	106,74
Iš viso:			31,11	25,34	43,05	515,83

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai ^{1,3,7}	72A	150	12,41	15,21	54,82	304,33
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	72A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Vaisiai*		150	1,14	0,45	20,91	84,00
Iš viso:			14,23	17,66	76,57	412,33
Iš viso dienos davinio:			57,76	56,58	126,46	1124,58

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Ketvirtadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė (tausojantis) ¹	111a	100	3,92	3,76	16,77	114,80
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Uogienė*	19P	15	0,05	0,00	10,54	40,65
Iš viso:			3,97	3,76	27,31	155,45

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su ryžių kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	100	1,01	2,14	7,75	52,38
Grietinė 30% ⁷	12Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos troškiny su padažu (tausojantis) ^{1,7}	1A	75/45	22,35	16,96	7,57	268,27
Bulvių košė su pienu (tausojantis) ⁷	3Gar	50	1,17	1,91	8,24	54,27
Morkų salotos su česnakais, jogurto padažu ⁷	11Sa	100	1,94	0,38	8,44	36,39
Iš viso:			28,05	22,91	40,65	466,07

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su mėsos (kiaulienos) įdaru ³	53A	100	6,56	5,71	25,79	179,41
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	72A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Konservuotų vaisių ir uogų desertas su jogurtu ⁷	4D	80/20	1,20	0,28	11,66	50,92
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			9,96	8,59	66,17	366,33
Iš viso dienos davinio:			41,98	35,26	134,13	987,85

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“

6-10 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Penktadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausoįantis) ¹	109A	150	5,88	5,90	24,00	175,50
Uogienė*	19P	20	0,06		14,18	54,20
		Iš viso:	5,94	5,90	38,18	229,70

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausoįantis, augalinis)	9Sr	100	0,75	2,08	4,83	39,57
Grietinė 30% ⁷	9Sr	4	0,10	1,20	0,12	11,72
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Paukštienos kepinukai ^{3,6,10}	32A	75	16,66	8,83	8,98	180,94
Biri ryžių (nešlifuoti) kruopų košė (tausoįantis, augalinis)	5G	50	1,36	2,35	14,48	81,88
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	100	1,08	9,70	10,05	127,27
		Iš viso:	21,43	24,48	46,99	484,42

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su mėsa (kiauliena ir pilno grūdo makaronai) ¹	68A	75/75	26,86	11,95	22,62	308,84
Pomidorai savo sultyse		75	1,50	0,00	5,25	24,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
		Iš viso:	29,88	12,55	55,75	444,84
		Iš viso dienos davinio:	57,25	42,93	140,92	1158,96

* Dalį įvairių sezoninių vaisių, uogų ir daržovių galima tiekti priešpiečiams ar pavakariams

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 - alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, žiūrėti „Alergenų sąrašas“