

Virš 11 m. amžiaus vaikams

1 savaitė
Pirmadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Sumuštinis su kiaušiniu (juoda duona) ^{1,3}	5Š	1/10/40	7,95	13,58	17,42	223,28
Nesaldinta arbata (erškėtrožių)	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,95	13,58	17,42	223,28

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	7 Sr	150	1,43	3,18	8,66	64,28
Grietinė 30% ⁷	7 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	110	27,12	19,02	2,23	286,04
Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	7Gar	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Brokolių salotos su porais, obuoliais ir jogurto padažas ⁷	43S	100	3,06	0,86	7,66	42,59
Iš viso:			40,84	31,01	69,35	701,22

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Lietiniai su bananais (tausojantis) ^{1,7}	75A	150/75	12,85	9,71	69,62	410,63
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	75A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
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:			14,97	12,13	86,19	614,38
Iš viso dienos davinio:			63,76	56,72	172,96	1538,88

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

1 savaitė

Antradienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Biri perlinių kruopų košė su sviestu (augalinis, tausojantis) ⁷	104A	200/10	6,77	9,53	80,81	301,39
Nesaldinta arbata ramunėlių	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,77	9,53	80,81	301,39

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	150	3,64	3,30	14,61	93,57
Grietinė 30% ⁷	17 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis) ³	62A	150	30,00	17,86	9,45	315,03
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	1Gar	100	2,14	0,13	19,14	85,20
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	100	0,90	9,63	9,76	120,77
Iš viso:			39,78	33,36	70,21	718,23

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis) ^{3,7}	87A	150	21,73	16,67	19,23	314,37
Uogienė*	87A	20	0,06	0,00	14,18	54,20
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			23,31	17,27	61,29	480,57
Iš viso dienos davinio:			69,86	60,16	212,31	1500,19

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

1 savaitė

Trečiadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Kvietinių dribsnių košė ^{1,7}	112A	150	6,47	5,17	27,93	184,08
Pienas 2,5% ⁷		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			11,57	8,92	35,28	268,08

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	1Sr	150	1,41	3,14	10,67	72,49
Grietinė 30% ⁷	1 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kepta paukštienos file (tausojantis) ³	30A	100	24,50	7,04	8,82	197,05
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis) ¹	8Gar	100	5,79	5,24	22,33	166,33
Pekino kopūstų salotos su agurkais, porais, aliejaus padažu (augalinis)	54Sa	100	1,37	9,81	4,02	104,61
Iš viso:			36,17	27,67	63,09	644,14

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) ^{3,7}	85A	200	30,10	20,73	32,92	441,75
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	85A	30	1,02	3,00	1,26	36,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			32,64	24,33	62,06	589,75
Iš viso dienos davinio:			80,38	60,92	160,43	1501,97

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Apkepti sumuštiniai su sūriu ^{1,7}	10Š	1vnt/20	10,73	17,62	13,70	257,99
Nesaldinta arbata čiobrelių	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,73	17,62	13,70	257,99

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	150	1,68	3,20	11,52	78,45
Grietinė 30% ⁷	12 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kalakutienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	100/100	30,00	15,85	27,55	362,77
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6S	100	1,36	5,19	6,19	68,97
Iš viso:			36,14	26,68	62,51	613,85

VAKARIENE

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis) ^{1,3,7}	83A	150	25,76	16,07	24,85	344,40
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	83A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			27,96	18,67	53,57	480,40
Iš viso dienos davinio:			74,83	62,97	129,78	1352,24

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

1 savaitė

Penktadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Omletas su daržovėmis (tausojantis) ^{3,7}	94A	100/31,3	11,10	13,13	9,92	196,94
Pomidorai	37S	100	1,00	0,20	4,10	17,00
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			13,58	13,65	22,55	256,98

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis, augalinis)	23Sr	150	1,06	3,27	9,33	66,84
Grietinė 30% ⁷	23 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis) ^{1,3}	42A	100	20,53	11,88	10,93	232,06
Biri ryžių kruopų košė	5G	100	2,72	4,70	28,95	163,76
Burokėlių salotos su ž. žirneliais, marin, agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	20S	100	2,53	9,48	9,17	122,19
Iš viso:			29,94	31,77	75,63	688,51

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške ^{1,3,7}	65A	150	24,15	15,99	31,48	229,58
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	65A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			26,35	18,59	60,20	365,58
Iš viso dienos davinio:			69,87	64,01	158,38	1311,07

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis) ^{1,7}	110A	150	7,39	7,37	26,35	194,55
Uogienė*	110A	20	0,06	0,00	14,18	54,20
Nesaldinta arbata (čiobrelių)	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,45	7,37	40,53	248,75

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	2Sr	150	2,69	3,23	13,64	87,44
Grietinė 30% ⁷	2 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis) ³	17A	100	21,30	14,04	11,62	254,88
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	1Gar	100	2,14	0,13	19,14	85,20
Ridikų salotoss su obuoliais ir morkomis aliejaus padažu (augalinis)	53S	100	0,90	9,60	8,38	116,27
Iš viso:			30,13	29,44	70,03	647,45

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės spygliukai (varškė 9 %) (tausojantis) ^{1,3,7}	89A	200	24,01	13,38	40,64	380,25
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	89A	30	1,02	3,00	1,26	36,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			26,55	16,98	69,78	528,25
Iš viso dienos davinio:			64,13	53,79	180,34	1424,45

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

2 savaitė

Antradienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, 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	200	4,24	3,35	6,70	68,60
Iš viso:			16,16	16,79	23,33	301,00

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	20Sr	150	1,47	3,17	8,43	63,27
Grietinė 30% ⁷	20 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis) ³	34A	100	21,23	12,55	9,51	235,04
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	100	3,32	4,62	25,11	147,68
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika) aliejaus padažas (augalinis)	5S	100	1,51	9,90	6,06	110,51
Iš viso:			30,63	32,68	66,36	660,16

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Virtinukai su varške (varškė 9%) (tausojantis) ^{1,3,7}	80A	100/100	23,78	11,45	47,85	382,46
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	80A	30	1,02	3,00	1,26	36,00
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:			27,76	15,47	92,72	598,21
Iš viso dienos davinio:			74,55	64,94	182,41	1559,37

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

2 savaitė

Trečiadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis) ¹	64A	150	8,72	8,07	33,55	252,26
Natūralus pomidorų padažas	5P	20	0,78	0,10	4,74	22,00
Iš viso:			9,50	8,17	38,29	274,26

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	150	1,50	3,15	9,63	68,67
Grietinė 30% ⁷	17 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kepta lašišos file (tausojantis) ⁴	37A	100	26,11	22,00	1,68	307,47
Biri ryžių (nešlifuoti) kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	5Gar	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, saulėgrąžomis, nesaldinto jogurto padažu ^{7,11}	13S	100	4,33	5,29	7,11	85,85
Iš viso:			38,37	37,04	64,51	736,24

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės bulvių kukulaičiai (varškė 9 %) (tausojantis) ^{1,3,7}	90A	100/100	21,36	10,39	44,91	356,92
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	90A	30	1,02	3,00	1,26	36,00
Žalieji žirneliai	41S	100	4,90	0,20	15,80	64,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			28,80	14,19	89,85	568,92
Iš viso dienos davinio:			76,67	59,40	192,65	1579,42

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

2 savaitė

Ketvirtadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta dribsnių kruopų košė (avižinių) (avižiniai dr.) ^{1,7}	110A	150	7,39	7,37	26,35	194,55
Uogienė*	110A	20	0,06	0,00	14,18	54,20
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,45	7,37	40,53	248,75

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis	17Sr	150	3,95	3,24	14,25	96,21
Grietinė 30% ⁷	17 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas paukštienos file kepsnys (tausojantis) ³	34A	100	24,67	10,26	9,51	228,48
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, augalinis)	8Gar	100	5,79	5,24	22,33	166,33
Salotos su pekiniais kopūstais, pomidorais, porais su aliejaus padažu	24Sal	100	1,36	9,76	4,62	107,31
Iš viso:			38,87	30,94	67,96	701,99

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės apkepas su razinomis ^{3,7}	86A	200	29,88	20,43	38,25	456,45
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	86A	30	1,02	3,00	1,26	36,00
Jogurtas ⁷		75	0,60	0,60	20,80	91,50
Iš viso:			31,50	24,03	60,31	583,95
Iš viso dienos davinio:			77,82	62,34	129,29	1534,69

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

2 savaitė

Penktadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė su bananais ir trintomis braškėmis ⁷	5D	200	15,71	10,64	17,28	230,55
Arbata melisų su citrina	1G	150	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			15,75	10,66	17,76	232,18

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	24Sr	150	1,56	3,30	11,43	76,91
Grietinė 30% ⁷	24 Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos kepinukai (tausojantis) ^{3,6,10}	10A	100	19,07	16,73	11,75	272,73
Biri grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	7Gar	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Salierų salotos su agurkais, morkomis, aliejaus padažu ⁹	61S	100	1,34	9,91	6,47	110,51
Iš viso:			31,20	37,89	80,45	768,46

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis) ^{1,3,7}	82A	200	27,47	13,49	44,71	403,78
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	82A	30	1,02	3,00	1,26	36,00
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:			31,57	17,48	93,55	636,78
Iš viso dienos davinio:			78,52	66,03	191,76	1637,42

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

3 savaitė
Pirmadienis
PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūris su medumi ⁷	7D	80/40	16,20	10,40	35,56	300,00
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	1G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			16,25	10,43	36,20	302,17

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis) ³	10Sr	150	2,05	3,96	10,02	80,08
Grietinė 30% ⁷	10Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Jautienos-kiaulienos maltinis (tausojantis) ³	16A	100	20,31	13,43	11,75	245,73
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis) ¹	8Gar	100	5,79	5,24	22,33	166,33
Raugintų kopūstų salotos su keptais svogūnais (augalinis)	9S	100	0,94	10,04	5,24	111,40
Iš viso:			32,19	35,11	66,59	707,20

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške (varškė 9%, tausojantis) ^{1,3,7}	74A	100/50/15	18,43	12,91	42,47	356,29
Trinti bananai su trintomis braškėmis*	14D	65/35	1,64	0,34	18,41	77,40
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			21,59	13,85	88,76	545,69
Iš viso dienos davinio:			70,03	59,39	191,55	1555,06

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

3 savaitė

Antradienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis) ^{1,7}	109A	150	5,88	5,90	24,00	175,50
Pienas 2,5% ⁷		200	6,12	4,50	8,82	100,80
Iš viso:			12,00	10,40	32,82	276,30

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	17Sr	150	3,59	3,26	14,39	94,77
Grietinė 30% ⁷	17Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Žuvies kepinukai (lydekos file) ^{3,4,6,10}	41A	100	17,44	13,03	11,75	234,89
Virtos bulvės	1Gar	100	2,14	0,13	19,14	85,20
Burokėlių salotos su keptais svogūnais (augalinis)	16Sa	100	1,73	5,14	11,69	89,83
Iš viso:			28,00	24,00	74,22	608,35

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis) ^{1,3,7}	84A	150	21,40	16,96	22,77	325,55
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	84A	20	0,68	2,00	0,84	24,00
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:			25,16	19,95	71,19	546,55
Iš viso dienos davinio:			65,16	54,35	178,23	1431,20

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

3 savaitė

Trečiadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu (tausojantis) ^{3,7}	93A	110	14,92	16,86	6,06	235,34
Pomidorai	37Sa	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			15,42	16,96	8,11	243,84

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir švž. kopūstais (tausojantis, augalinis)	3Sr	150	2,36	3,23	9,43	68,23
Grietinė 30% ⁷	3Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Pilno grūdo makaronai su kiauliena (tausojantis) ¹	68A	100/100	35,82	15,93	30,16	411,79
Daržovių salotos su kmynais	31Ss	100	1,10	9,71	5,49	106,74
Iš viso:			42,38	31,31	62,33	690,42

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai ^{1,3,7}	72A	200	16,55	20,28	73,10	525,77
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	72A	30	1,02	3,00	1,26	36,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			19,09	23,88	102,24	673,77
Iš viso dienos davinio:			76,89	72,15	172,68	1608,03

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

3 savaitė

Ketvirtadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Miežinių dribsnių košė (tausojantis) ¹	111a	150	5,88	5,63	25,16	172,20
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Uogienė*	19P	20	0,06	0,00	14,18	54,20
Iš viso:			5,94	5,63	39,34	226,40

PIETŪS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Agurkų sriuba su ryžių kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	150	1,52	3,21	11,62	78,57
Grietinė 30% ⁷	12Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos troškiny su padažu (tausojantis) ^{1,7}	1A	100/60	29,81	22,61	10,09	357,69
Bulvių košė su pienu (tausojantis) ⁷	3Gar	100	2,34	3,82	16,47	108,53
Morkų salotos su česnakais , jogurto padažu ⁷	11Sa	100	1,94	0,38	8,44	36,39
Iš viso:			38,71	32,46	63,87	684,84

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Virtų bulvių blynai su mėsos (kiaulienos) įdaru ³	53A	150	12,64	11,24	38,17	301,08
Jogurtinė grietinė 10% ⁷	53A	30	1,02	3,00	1,26	36,00
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:			16,38	15,12	78,97	500,00
Iš viso dienos davinio:			61,03	53,21	182,18	1411,24

* 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“

Virš 11 metų amžiaus vaikams

3 savaitė

Penktadienis

PUSRYČIAI

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė 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.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	150	1,13	3,11	7,25	59,36
Grietinė 30% ⁷	9Sr	6	0,14	1,80	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona ¹	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Paukštienos kepinukai ^{3,6,10}	32A	100	22,21	11,77	11,98	241,26
Biri ryžių (nešlifuoti) kruopų košė (tausojantis, augalinis)	5G	100	2,72	4,70	28,95	163,76
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27Sa	100	1,08	9,70	10,05	127,27
		Iš viso:	30,24	31,72	75,48	695,31

VAKARIENĖ

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Virti makaronai su mėsa (kiauliena ir pilno grūdo makaronai) ¹	68A	100/100	35,82	15,93	30,16	411,79
Pomidorai savo sultyse		100	2,00		7,00	32,00
Vaisiai*		200	1,52	0,60	27,88	112,00
		Iš viso:	39,34	16,53	65,04	555,79
		Iš viso dienos davinio:	75,52	54,15	178,70	1480,80

* 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“