

Pakruojo Žemynos progimnazija

P. Mašiotų 45, Pakruojis, Lietuva

(įstaigos pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

7-10 m.

(amžiaus grupė)

1 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba	1-3/20ATPVVg 1N	150.00	2.66	1.46	16.81	91	0.21
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Grietinėleje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis	10-5/ 100T	120.00	26.51	8.80	3.86	201	0.66
Bulvių košė	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126	0.16
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Švieži agurkai	Nr. S-36	100.00	0.82	0.20	2.35	14	0.20
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Vaisiai		256.00	2.56	0.64	35.20	157	0.39
Iš viso:			43.57	32.17	93.93	840	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba	1-3/20ATPVVg 1N	150.00	2.66	1.46	16.81	91	0.21
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Tradiciniai lietuviški blynai	6-6/120 10	240.00	21.60	44.24	90.89	848	0.99
Vaisiai		235.00	2.35	0.59	32.31	144	0.36
Traškios morkytės		100.00	1.00	0.20	8.70	41	0.70
Iš viso:			29.86	48.38	161.91	1203	
Iš viso (dienos davinio):			73.43	80.55	255.84	2042	

1 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis, morkomis	1-3/27AT	150.00	2.53	2.95	14.27	94	0.11
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Maltas kiaulienos kepsnys	Nr.15	100.00	21.69	14.60	9.54	256	0.68
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi ir prieskoninėmis žolelėmis	6-3/62AT	100.00	2.72	5.50	21.59	147	0.18
Švieži pomidorai	Nr. 5-37	100.00	1.02	0.20	4.18	23	0.16
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Sūrio lazdelės		40.00	10.80	8.40	0.64	121	0.48
Vaisiai		170.00	1.70	0.43	23.38	104	0.26
Iš viso:			44.05	42.92	92.98	934	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis, morkomis	1-3/27AT	150.00	2.53	2.95	14.27	94	0.11
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinėlės ir sviesto padažu	7-3/61TV 1N	360.00	42.38	61.35	72.18	1010	1.44
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Vaisiai		200.00	2.00	0.50	27.50	123	0.30
Iš viso:			54.56	70.89	127.47	1366	
Iš viso (dienos davinio):			98.61	113.81	220.45	2301	

1 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis	1-3/29TV 1N	200.00	2.07	3.75	16.80	109	0.20
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Paukštienos kukuliai	Nr. 35	75.00	14.69	8.05	2.36	141	0.62
Sviesto-grietinės padažas	Nr.5	30.00	0.51	15.70	0.71	146	0.17
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Virti brokoliai	2-3/ATGPcPVVg 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78	0.40
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Vaisiai		220.00	2.20	0.55	30.25	135	0.33
Iš viso:			28.25	45.66	93.58	898	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis	1-3/29TV 1N	150.00	1.55	2.81	12.60	82	0.15
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Kepti varškėčiai su grietine ir uogomis	82	260.00	35.83	52.59	36.44	762	1.24
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Vaisiai		295.00	2.95	0.74	40.56	181	0.45
Iš viso:			47.98	62.23	103.12	1164	
Iš viso (dienos davinio):			76.23	107.89	196.70	2063	

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba	1-3/39AT	200.00	1.85	3.83	13.51	96	0.10
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Kiaulienos sprandinės troškiny su ryžiais	Nr. M-3	200.00	24.31	45.11	20.16	584	1.22
Marinuoti agurkai	Nr. S-38	100.00	1.02	0.00	7.14	33	0.33
Vaisiai		290.00	2.90	0.73	39.88	178	0.44
Iš viso:			32.33	51.56	93.89	969	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba	1-3/39AT	150.00	1.39	2.87	10.13	72	0.07
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Bulvinukai	56	240.00	6.93	15.87	64.69	429	0.47
Traškios morkytės		100.00	1.00	0.20	8.70	41	0.70
Vaisiai		230.00	2.30	0.58	31.63	141	0.35
Ekologiškas jogurtas Dobilas 3,8 proc.		125.00	0.00	0.00	0.00	0	0.50
Iš viso:			13.87	21.41	128.35	762	
Iš viso (dienos davinio):			46.20	72.97	222.24	1730	

1 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Lietuviški šaltibarščiai	1-1/16V 1N	150.00	4.65	7.29	5.60	107	0.40
Menkės ir cukinijų apkepas	Nr. 9-8/161 TGP 10N	100.00	14.53	5.45	11.81	154	0.64
Sviesto-grietinės padažas	Nr.5	30.00	0.51	15.70	0.71	146	0.17
Virtos bulvės	4-3/65ATv	100.00	2.08	0.10	19.04	85	0.10
Švieži pomidorai	Nr. S-37	120.00	1.22	0.24	5.02	27	0.19
Traškios morkytės		100.00	1.00	0.20	8.70	41	0.70
Iš viso:			23.99	28.98	50.88	560	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Lietuviški šaltibarščiai	1-1/16V 1N	150.00	4.65	7.29	5.60	107	0.40
Varškės kukuliai su grietine	7-3/66TGV 10N	240.00	24.75	26.21	46.07	519	0.86
Traškios morkytės		100.00	1.00	0.20	8.70	41	0.70
Vaisiai		160.00	1.60	0.40	22.00	98	0.24
Iš viso:			32.00	34.10	82.37	764	
Iš viso (dienos davinio):			55.99	63.08	133.25	1325	

2 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis	1-3/28 AT	150.00	1.28	2.90	8.13	64	0.09
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Šamo maltinukai su sūrio ir žirnelių padažu	9-8/170T 1N	100.00	30.04	22.55	5.86	347	0.79
Perlinis kuskusas	Nr. 3-3/9ATPcPVVg 10N	100.00	3.31	20.44	20.42	279	0.42
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104	0.14
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.20	4.18	23	0.16
Vaisiai		165.00	1.65	0.41	22.69	101	0.25
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Iš viso:			46.86	58.34	86.04	1057	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis	1-3/28 AT	150.00	1.28	2.90	8.13	64	0.09
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Kepti varškėčiai su padažu	Nr. 83	240.00	34.66	51.76	45.28	786	1.05
Sūrio lazdelės		40.00	10.80	8.40	0.64	121	0.48
Vaisiai		310.00	3.10	0.78	42.63	190	0.47
Iš viso:			52.09	65.73	109.88	1239	
Iš viso (dienos davinio):			98.95	124.07	195.92	2296	

2 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Plėšytos vištienos sriuba su daržovėmis ir ryžiais	1-3/25 TB 10N	150.00	11.67	2.27	5.76	90	0.39
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Kiaulienos kukuliai su rausvuuju padažu	11-7/139T 1N	300.00	23.29	13.91	30.20	339	1.07
Veganiška perlinių kruopų košė	3-3/14ATPcPVVg 10N	100.00	2.78	4.06	21.36	133	0.08
Virti brokoliai	2-3/ATGPcPVVg 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78	0.40
Vaisiai		100.00	1.00	0.25	13.75	61	0.15
Iš viso:			43.90	27.32	89.80	781	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Plėšytos vištienos sriuba su daržovėmis ir ryžiais	1-3/25 TB 10N	150.00	11.67	2.27	5.76	90	0.39
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške	Nr. 49	240.00	14.27	26.78	56.40	524	0.69
Marinuoti agurkai	Nr. S-38	100.00	1.02	0.00	7.14	33	0.33
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Vaisiai		300.00	3.00	0.75	41.25	184	0.45
Iš viso:			37.61	35.89	124.07	970	
Iš viso (dienos davinio):			81.51	63.21	213.87	1750	

2 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu	1-3/32T	150.00	3.32	4.52	9.39	92	0.11
Traški vištienos filė su sezamo plutele	10-8/164TGP 10N	100.00	33.08	15.28	9.16	306	0.77
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi ir prieskoninėmis žolelėmis	6-3/62AT	100.00	2.72	5.50	21.59	147	0.18
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Konservuoti žirneliai	Nr. S-41	50.00	3.78	0.16	12.17	65	0.14
Vaisiai		185.00	1.85	0.46	25.44	113	0.28
Ekologiškas jogurtas Dobilas 3,8 proc.		125.00	0.00	0.00	0.00	0	0.50
Iš viso:			46.09	34.87	83.93	834	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu	1-3/32T	200.00	4.42	6.02	12.52	122	0.15
Tradicinis varškės apkepas	7-8/170TV 1N	300.00	36.45	57.94	35.14	808	1.39
Grietinė	Nr.17	30.00	0.72	9.00	0.93	88	0.11
Šaldytos uogos		40.00	0.36	0.16	3.88	18	0.26
Vaisiai		285.00	2.85	0.71	39.19	175	0.43
Iš viso:			44.80	73.83	91.66	1210	
Iš viso (dienos davinio):			90.89	108.70	175.59	2044	

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Tiršta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru	1-3/28ATPVVg 1N	150.00	2.09	1.56	10.37	64	0.15
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Veršienos - kiaulienos maltinukai	Nr. B26	100.00	13.54	11.12	2.27	163	1.12
Morkų košė	4-3/1TGVv 10N	100.00	1.69	6.08	12.69	112	0.16
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Švieži pomidorai	Nr. S-37	80.00	0.82	0.16	3.34	18	0.13
Vaisiai		205.00	2.05	0.51	28.19	126	0.31
Iš viso:			23.78	30.27	76.24	673	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Tiršta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru	1-3/28ATPVVg 1N	150.00	2.09	1.56	10.37	64	0.15
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Bananiniai ir obuoliniai blynėliai	6-6/128V 1N	240.00	12.38	25.11	81.36	601	0.83
Vaisiai		270.00	2.70	0.68	37.13	165	0.41
Traškios morkytės		100.00	1.00	0.20	8.70	41	0.70
Iš viso:			20.42	29.44	150.76	950	
Iš viso (dienos davinio):			44.20	59.71	227.00	1622	

2 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Rūgštyniu sriuba	1-3/22 AT	150.00	1.54	5.69	11.29	103	0.14
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Jautienos troškiny su padažu	Nr. 8	120.00	24.15	19.55	6.13	297	1.32
Biri grikių kruopų košė	3-3/6ATGPPcVgV 10N	100.00	5.92	15.11	32.57	290	0.31
Švieži agurkai	Nr. S-36	100.00	0.82	0.20	2.35	14	0.20
Vaisiai		80.00	0.80	0.20	11.00	49	0.12
Iš viso:			35.48	42.64	76.54	832	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Rūgštyniu sriuba	1-3/22 AT	150.00	1.54	5.69	11.29	103	0.14
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru	Nr. B52	200.00	11.83	23.20	44.19	433	0.51
Grietinė	Nr.17	50.00	1.20	15.00	1.55	146	0.18
Vaisiai		290.00	2.90	0.73	39.88	178	0.44
Traškios morkytės		100.00	1.00	0.20	8.70	41	0.70
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Iš viso:			26.12	50.91	119.13	1039	
Iš viso (dienos davinio):			61.60	93.55	195.67	1871	

3 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Avinžirnių sriuba	1-3/32ATGPVg 1N	200.00	2.21	5.30	11.47	102	0.22
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Lietuviškas veršienos guliašas	12-5/99TG 10N	100.00	3.20	5.18	4.02	76	0.81
Biri grikių kruopų košė	3-3/6ATGPPcVgV 10N	100.00	5.92	15.11	32.57	290	0.31
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.20	4.18	23	0.16
Vaisiai		245.00	2.45	0.61	33.69	150	0.37
Iš viso:			18.39	37.24	105.31	830	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Avinžirnių sriuba	1-3/32ATGPVg 1N	150.00	1.66	3.98	8.60	77	0.17
Bemielė duona su grūdais		50.00	3.75	3.15	22.00	131	0.19
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinėlės ir sviesto padažu	7-3/61TV 1N	360.00	42.38	61.35	72.18	1010	1.44
Vaisiai		265.00	2.65	0.66	36.44	162	0.40
Iš viso:			50.44	69.14	139.22	1381	
Iš viso (dienos davinio):			68.83	106.38	244.53	2211	

3 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Plėšytos kalakutienos sriuba su perliniu kuskusu	1-3/26T 10N	150.00	7.46	2.00	4.89	67	0.28
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Kepti kiaulienos gabaliukai	Nr.11	160.00	23.13	42.21	11.72	519	1.19
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	125.00	1.68	11.19	7.73	138	0.28
Švieži agurkai	Nr. S-36	100.00	0.82	0.20	2.35	14	0.20
Iš viso:			37.62	59.32	58.44	918	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Plėšytos kalakutienos sriuba su perliniu kuskusu	1-3/26T 10N	150.00	7.46	2.00	4.89	67	0.28
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Bulvių ir cukinijų kugelis su česnakiniu varškės padažu	4-8/163GV 10N	350.00	15.81	18.24	45.40	409	0.84
Ekologiškas jogurtas Dobilas 3,8 proc.		125.00	0.00	0.00	0.00	0	0.50
Vaisiai		310.00	3.10	0.78	42.63	190	0.47
Iš viso:			28.62	22.91	106.12	745	
Iš viso (dienos davinio):			66.24	82.23	164.56	1663	

3 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Lietuviški šaltibarščiai	1-1/16V 1N	150.00	4.65	7.29	5.60	107	0.40
Traški vištienos filė	10-8/162GP 10S	100.00	28.67	2.43	16.45	202	0.69
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPvVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Pekino salotos su ridikėliais ir agurkais	Nr. S-57	100.00	3.03	8.09	10.50	127	0.33
Vaisiai		265.00	2.65	0.66	36.44	162	0.40
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Iš viso:			46.68	24.50	87.86	759	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Lietuviški šaltibarščiai	1-1/16V 1N	150.00	4.65	7.29	5.60	107	0.40
Makaronai su daržovėmis ir dešrelėmis	6-5/101T 1N	300.00	8.07	39.86	37.73	542	0.76
Marinuoti agurkai	Nr. S-38	110.00	1.12	0.00	7.85	36	0.36
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Vaisiai		290.00	2.90	0.73	39.88	178	0.44
Iš viso:			22.14	52.08	91.38	923	
Iš viso (dienos davinio):			68.82	76.58	179.24	1681	

3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Ukrainietiški barščiai	1-3/35TGV 1N	150.00	2.91	6.27	14.15	125	0.35
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Virtas šamo filė kukulis	9-3/ 60T	70.00	54.62	16.24	6.41	390	1.03
Bulvių košė	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126	0.16
Burokėlių salotos su žirneliais	Nr.S-18	100.00	2.71	4.73	12.22	102	0.17
Švieži pomidorai	Nr. S-37	50.00	0.51	0.10	2.09	11	0.08
Vaisiai		200.00	2.00	0.50	27.50	123	0.30
Iš viso:			67.03	35.76	91.58	956	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Ukrainietiški barščiai	1-3/35TGV 1N	150.00	2.91	6.27	14.15	125	0.35
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Avižinis varškės apkepas	7-8/161TV 10N	240.00	29.25	21.54	30.54	433	1.17
Grietinė	Nr.17	40.00	0.96	12.00	1.24	117	0.15
Vaisiai		250.00	2.50	0.63	34.38	153	0.38
Iš viso:			37.87	42.33	93.51	906	
Iš viso (dienos davinio):			104.90	78.09	185.09	1863	

3 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis	1-3/37ATGPVvg 1N	150.00	4.24	1.49	15.05	91	0.08
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Jautienos - kiaulienos pieniškos dešrelės	Nr. B36	195.00	11.74	43.44	10.44	480	0.90
Morkų košė	4-3/1TGVv 10N	100.00	1.69	6.08	12.69	112	0.16
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Konservuoti žirneliai	Nr. S-41	100.00	7.55	0.31	24.33	130	0.28
Vaisiai		300.00	3.00	0.75	41.25	184	0.45
Iš viso:			31.81	62.91	123.14	1186	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis	1-3/37ATGPVvg 1N	150.00	4.24	1.49	15.05	91	0.08
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Virti varškėčiai su grietine	Nr. 82	360.00	47.67	39.81	71.66	836	1.24
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Vaisiai		350.00	3.50	0.88	48.13	214	0.53
Iš viso:			63.06	48.27	148.36	1280	
Iš viso (dienos davinio):			94.87	111.18	271.50	2466	

4 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija	1-3/35 AT	150.00	4.31	3.76	14.71	110	0.13
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Kiaulienos kepsnys	Nr.9	100.00	22.24	16.18	7.07	263	0.80
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi ir prieskoninėmis žolelėmis	6-3/62AT	100.00	2.72	5.50	21.59	147	0.18
Morkų salotos su česnakais	Nr. S-11	100.00	1.28	3.44	9.65	75	0.11
Marinuoti agurkai	Nr. S-38	100.00	1.02	0.00	7.14	33	0.33
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Vaisiai		200.00	2.00	0.50	27.50	123	0.30
Iš viso:			41.22	35.47	101.18	889	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija	1-3/35 AT	150.00	4.31	3.76	14.71	110	0.13
Bemielė duona su grūdais		55.00	4.13	3.47	24.20	145	0.21
Viso grūdo blynai su kefyru	6-6/121 V 10N	240.00	21.79	35.34	71.50	691	0.88
Sūrio lazdelės		40.00	10.80	8.40	0.64	121	0.48
Vaisiai		330.00	3.30	0.83	45.38	202	0.50
Iš viso:			44.33	51.80	156.43	1269	
Iš viso (dienos davinio):			85.55	87.27	257.61	2158	

4 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška bulguro sriuba	Nr. B	150.00	3.74	4.52	9.83	95	0.13
Veršienos troškiny su viso grūdo makaronais	12-8/6T 10N	240.00	11.38	7.51	40.21	274	1.50
Švieži agurkai	Nr. S-36	50.00	0.41	0.10	1.18	7	0.10
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.20	4.18	23	0.16
Vaisiai		205.00	2.05	0.51	28.19	126	0.31
Iš viso:			18.60	12.84	83.59	524	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška bulguro sriuba	Nr. B	150.00	3.74	4.52	9.83	95	0.13
Virtų bulvių cepelinai su varške	4-3/6TGV 1N	240.00	13.47	27.46	59.47	539	0.69
Vaisiai		400.00	4.00	1.00	55.00	245	0.61
Sūrio lazdelės		40.00	10.80	8.40	0.64	121	0.48
Apelsinų sultys		208.00	1.46	1.04	20.18	96	0.29
Iš viso:			33.47	42.42	145.12	1096	
Iš viso (dienos davinio):			52.07	55.26	228.71	1620	

4 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų kopūstų sriuba	1-3/26 AT	150.00	4.88	7.43	26.49	192	0.20
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Maltas paukštienos kepsnys	Nr. B34	100.00	32.26	11.70	8.14	267	0.70
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.20	4.18	23	0.16
Vaisiai		285.00	2.85	0.71	39.19	175	0.43
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Iš viso:			52.28	36.91	116.25	1006	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų kopūstų sriuba	1-3/26 AT	150.00	4.88	7.43	26.49	192	0.20
Bemielė duona su grūdais		5.00	0.38	0.32	2.20	13	0.02
Pilno grūdo makaronai su sūriu ir pomidoru padažu		390.00	28.71	23.04	115.44	784	1.28
Traškios morkytės		100.00	1.00	0.20	8.70	41	0.70
Iš viso:			34.97	30.99	152.83	1030	
Iš viso (dienos davinio):			87.25	67.90	269.08	2036	

4 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Daržovių sriuba su vištienos filė gabaliukais	1-3/23T 10N	150.00	8.89	3.29	7.61	96	0.26
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Vištienos šlaunelės kokosų kreme	10-8/166TPG 10N	100.00	24.57	19.50	1.76	281	0.92
Bulvių košė	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126	0.16
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.22
Vaisiai		190.00	1.90	0.48	26.13	116	0.29
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Iš viso:			46.38	44.34	71.21	869	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Daržovių sriuba su vištienos filė gabaliukais	1-3/23T 10N	150.00	8.89	3.29	7.61	96	0.26
Bemielė duona su grūdais		30.00	2.25	1.89	13.20	79	0.11
Kepti varškėčiai su padažu	Nr. 83	240.00	34.66	51.76	45.28	786	1.05
Vaisiai		355.00	3.55	0.89	48.81	217	0.54
Sūrio lazdelės		20.00	5.40	4.20	0.32	61	0.24
Iš viso:			54.75	62.03	115.22	1238	
Iš viso (dienos davinio):			101.13	106.37	186.43	2108	

4 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Lietuviški šaltibarščiai	1-1/16V 1N	150.00	4.65	7.29	5.60	107	0.40
Žuvies kepsnys	Nr.B38	100.00	61.01	23.19	8.63	487	1.12
Virtos bulvės	4-3/65ATv	100.00	2.08	0.10	19.04	85	0.10
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104	0.14
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.20	4.18	23	0.16
Vaisiai		185.00	1.85	0.46	25.44	113	0.28
Iš viso:			72.52	36.99	74.13	920	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Lietuviški šaltibarščiai	1-1/16V 1N	150.00	4.65	7.29	5.60	107	0.40
Tradicinis varškės apkepas	7-8/170TV 1N	240.00	29.16	46.35	28.11	646	1.11
Vaisiai		85.00	0.85	0.21	11.69	52	0.13
Traškios morkytės		100.00	1.00	0.20	8.70	41	0.70
Iš viso:			35.66	54.05	54.10	845	
Iš viso (dienos davinio):			108.18	91.04	128.23	1765	