

1 savaitė
Pirmadienis

Pietūs 11-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (ankštinis)(augalinis)(tausojantis)	1Sr	150	3.74	3.27	13.80	89.72
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Virti spelta arba pilno grūdo makaronai (tausojantis)(augalinis)	6Gar	150	5.67	4.65	39.80	228.26
Troškintos maltos jautienos (kumpis) - kiaulienos (kumpis) padažas (tausojantis)	25Va	70	11.78	8.52	3.54	136.32
Užkepti kotletai (kiaulienos kumpis) (tausojantis)	48A	100	19.53	16.38	4.95	244.79
Bulvių košė (tausojantis)	2Gar	100	2.24	2.94	16.18	99.29
Paprika	18Sa	40	0.52	0.20	2.64	11.60
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	50	0.25	0.05	1.75	8.30
Pomidorai	4Sa	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Vanduo paskanintas vaisiais	12G	150	0.05	0.02	0.75	2.85
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Viso su makaronais ir troškintos mėsos padažu			25.08	17.81	94.90	619.29
Viso su užkeptu kotletu ir bulvių koše			29.39	23.97	72.69	598.79

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1Gar	200	4.12	0.21	37.70	166.86
Varškės 9% ir žolelių padažas	27Va	90	13.81	7.64	3.37	138.24
Kefyras 2.5%	5G	200	6.80	5.00	9.80	120.00
Iš viso:			24.73	12.85	50.87	425.10
Iš viso (dienos davinio):			54.12	36.82	123.56	1023.89

1 savaitė

Antradienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis)(tausojantis)	32Sr	150	1.41	2.24	10.98	66.62
Migdolų drožlės	22Pr	10	2.00	5.20	2.05	58.00
Žuvies (jūros lydekos) apkepas (tausojantis)	38A	100	18.22	6.75	8.00	163.38
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1Gar	100	2.06	0.10	18.85	83.43
Agurkinis padažas	3Pa	30	0.32	6.70	1.29	66.58
Troškinti kopūstai su dešrelėmis (tausojantis)	55A	120/60	9.92	17.25	15.67	246.56
Burokėlių salotos su avinžirniais ir linų sėmenimis (augalinis)	21Sa	70	2.58	3.24	10.39	72.96
Pomidorai	4Sa	40	0.40	0.08	1.64	6.80
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	40	0.20	0.04	1.40	6.64
Vanduo paskanintas vaisiais	11G	150	0.06	0.02	0.83	3.23
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Viso su žuvies apkepu ir agurkiniu padažu			27.85	24.97	74.93	607.14
Viso su troškintais kopūstais ir dešrelėmis			19.23	28.77	81.30	623.73

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% ir morkų apkepas (tausojantis)	28Va	190	21.04	15.38	24.73	323.35
Grietinė 15 %	18Pr	30	1.26	4.50	0.90	49.50
Ekologiškų obuolių sulčių gėrimas be pridėtinio cukraus	9G	200	0.16	0.16	16.00	70.40
Iš viso:			22.46	20.04	41.63	443.25

1 savaitė
Trečiadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)(tausojantis)	28Sr	150	1.38	4.67	11.38	89.63
Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa be odos (tausojantis)	130A	110	31.62	10.52	0.63	223.46
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)(augalin)	4Gar	80	2.53	0.12	22.03	102.53
Kepti obuoliai	30Sa	80	0.40	0.40	13.00	53.00
Plovas su kalakutiena (kalakutienos šlaunelių mėsa) (tausojantis)	11A	113/67	20.50	13.16	44.30	365.36
Morkų, obuolių ir salierių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	31Sa	60	1.37	5.97	5.82	76.46
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Viso su kepta šlaunelių mėsa ir ryžiai			37.96	22.30	73.05	626.91
Viso so plovu			23.90	24.42	81.69	613.28

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių krocketai (tausojantis)	10Va	160	4.58	4.68	43.43	230.17
Grietinės 30% padažas	1Pa	30	0.53	5.75	1.59	60.27
Rūgpienis 2.5%	6G	200	6.80	5.00	9.80	114.00
Iš viso:			11.91	15.43	54.82	404.44

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	5Sr	150	3.81	3.24	12.49	87.06
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Kiaulienos (kumpis) ir cukinijų maltinukas (tausojantis)	30A	100	16.84	7.92	4.45	155.74
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	7Gar	90	5.44	1.34	29.94	150.77
Konvekciniėje krosnelėje kepta jūros lydeka (tausojantis)	31A	100	17.90	7.40	3.42	151.31
Konvekciniėje krosnelėje keptos saldžiosios bulvės (batatai) (augalinis, tausojantis)	46A	100	1.48	4.68	18.50	119.78
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	28Sa	60	0.59	3.75	2.22	40.50
Paprika	18Sa	30	0.39	0.15	1.98	8.70
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0.15	0.03	1.05	4.98
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Viso su maltinukais ir grikių koše			29.85	17.47	83.39	583.83
Viso su jūros lydeka ir batatais			26.94	20.29	70.92	548.40

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai	26Va	130	9.51	10.31	46.86	313.89
Trintos uogos	4Pa	30	0.39	0.19	5.01	15.75
Pienas 2.5%	4G	200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			16.69	15.50	61.67	441.64

1 savaitė
Penktadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	13-1Sr	150	1.45	1.60	11.69	62.99
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Bulvių plokštainis su vištiena (šlaunelių mėsa)	5A	155/45	18.68	8.51	40.91	311.32
Grietinė 30%	6Pr	30	0.72	9.00	0.93	87.90
Traški vištiena (tausojantis)	56A	120	27.39	8.20	1.08	187.85
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1GAR	100	2.06	0.10	18.85	83.43
Morkų lazdelės	3Sa	55	0.55	0.11	4.79	17.05
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	60	0.30	0.06	2.10	9.96
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Viso su bulvių plokštainiu ir grietine			24.33	20.31	91.68	625.30
Viso su vištiena ir bulvėmis			34.38	11.10	69.76	497.36

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (pienas 2.5%) miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	21Sr	250	7.87	7.38	25.26	197.11
Duona su sviestu ir žalumynais	13Va	40	2.77	3.84	15.39	104.86
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.24	11.81	60.15	381.48

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta batatų ir morkų sriuba (tausojantis)(augalinis)	38Sr	150	1.64	2.42	14.33	79.67
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	9Pr	10	1.98	1.92	12.98	76.07
Kiaulienos (kumpio) guliašas (tausojantis)	16A	140	20.86	10.19	7.63	203.27
Kiaulienos (kiaulienos nugarinė) kepsnys (tausojantis)	32A	80	18.27	12.03	4.82	199.68
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5Gar	80	2.59	0.48	19.85	88.44
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	33Sa	80	1.45	5.71	6.82	80.16
Paprika	18Sa	30	0.39	0.15	1.98	8.70
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0.15	0.03	1.05	4.98
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Viso su guliašu			29.71	21.52	84.83	623.12
Viso su kiaulienos kepsniu			27.12	23.36	82.02	619.53

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	6Va	180	24.49	11.95	47.96	395.04
Grietinės 30% padažas	1Pa	30	0.53	5.75	1.59	60.27
Trintos šaldytos uogos	5Pr	30	0.35	0.17	5.07	16.39
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			25.37	17.88	54.63	471.70
Iš viso (dienos davinio):			52.49	41.24	136.65	1091.23

2 savaitė
Antradienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (bulvių, morkų, kopūstų, žirnelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	35-1Sr	150	1.32	3.11	7.71	58.92
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Varškės 9% pudingas (tausojantis)	29Va	180	24.47	15.95	23.40	334.56
Trintos šaldytos uogos	5Pr	40	0.47	0.23	6.76	21.85
Grietinė 15 %	18Pr	30	1.26	4.50	0.90	49.50
Morkų lazdelės	3sa	50	0.50	0.10	4.35	15.50
Troškinta paukštiena (vištienos šlaunelių mėsa be odos) su morkomis, svogūnais ir paprikomis (tausojantis)	6A	120	24.72	13.61	4.69	237.29
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	7Gar	80	4.84	1.19	26.61	134.02
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	1Sa	60	0.84	1.32	4.84	29.63
Pomidorai	4Sa	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Viso su varškės pudingų, uogomis ir grietine			30.64	24.92	74.39	616.41
Viso su troškinta paukštiena ir grikių kruopomis			34.84	20.36	77.17	604.43

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su vištiena (kumpelių mėsa)	52A	140/40	19.86	9.12	32.46	287.59
Grietinės 30%- pomidorų padažas	8Pa	30	0.71	5.20	2.85	60.84
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			20.57	14.32	35.31	348.44
Iš viso (dienos davinio):			55.41	34.68	112.48	952.86

2 savaitė
Trečiadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bolivine balanda (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	33Sr	150	6.20	3.11	17.89	117.03
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Karališki balandėliai (kiaulienos kumpis, kopūstai) (tausojantis)	14A	100	16.20	9.52	7.47	178.08
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1Gar	100	2.06	0.10	18.85	83.43
Grietinės 30%- pomidorų padažas	8Pa	30	0.71	5.20	2.85	60.84
Virtų bulvių-mėsos apkepas (tausojantis)	58A	220	17.20	7.23	48.25	322.54
Paprika	18Sa	30	0.39	0.15	1.98	8.70
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	40	0.20	0.04	1.40	6.64
Ridikai	17Sa	40	0.40	0.04	1.64	6.40
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	11G	150	0.06	0.02	0.83	3.23
Viso su balandėliais			28.79	19.18	83.48	598.10
Viso su virtų bulvių ir mėsos apkepu			27.02	11.58	102.57	598.29

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	24va	130	8.40	3.54	47.25	250.44
Grietinė 30%	6Pr	30	0.72	9.00	0.93	87.90
Trintos uogos	4Pa	30	0.39	0.19	5.01	15.75
Pienas 2.5%	4G	150	5.10	3.75	7.35	84.00
Iš viso:			14.6	16.48	60.54	438.09
Iš viso (dienos davinio):			41.63	28.06	163.10	1036.38

2savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	6Sr	150	3.00	4.82	14.19	106.73
Kepta kalakutienos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	27A	120	31.34	7.74	8.67	228.72
Bulvių košė (tausojantis)	2Gar	100	2.24	2.94	16.18	99.29
Virti makaronai su vištiena ir daržovėmis (tausojantis)	47A	250	19.02	7.94	45.13	325.89
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	28Sa	70	0.69	4.38	2.59	47.25
Cukinijos	19Sa	40	0.48	0.04	1.36	6.40
Konservuoti kukurūzai	20Pr	20	0.58	0.12	4.40	20.60
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Viso su kalakutienos filė ir bulvių košė			38.98	20.68	67.58	590.81
Viso su virtais makaronais su vištiena ir daržovėmis			24.42	17.93	87.86	588.69

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su varške 9%	31va	150	16.27	14.93	53.88	410.42
Trintos šaldytos uogos	5Pr	30	0.35	0.17	5.07	16.39
Kmynų arba pankolių arbata be cukraus	2G	200	0.20	0.15	0.50	3.33
Iš viso:			16.82	15.25	59.45	430.14
Iš viso (dienos davinio):			41.24	33.18	147.31	1018.82

2 savaitė
Penktadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	8-1Sr	150	1.26	1.66	7.73	46.02
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Kepta lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	36A	120	26.08	20.22	0.19	286.41
Ryžiai su daržovėmis (tausojantis)	10Gar	100	2.19	3.02	15.67	96.03
Virtos dešrelės (tausojantis)	57A	120	14.23	23.59	4.87	288.29
Ridikų salotos su morkomis, obuoliais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	32Sa	70	0.63	1.88	4.99	34.84
Pomidorai	4Sa	40	0.40	0.08	1.64	6.80
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0.15	0.03	1.05	4.98
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	12G	150	0.05	0.02	0.75	2.85
Viso su kepta lašišos filė			33.33	27.90	62.59	611.68
Viso su dešrelėmis			21.48	31.27	67.26	613.56

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (pienas 2,5%) perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	36Sr	250	6.73	8.70	24.98	200.19
Duona su sviestu 82% ir sėklomis	18Pav	50	5.00	8.03	19.31	153.37
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.73	16.7	44.28	353.56
Iš viso (dienos davinio):			33.21	48.00	111.54	967.11

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šparaginių pupelių sriuba (ankštinis)(tausojantis)(augalinis)	25-1Sr	150	1.33	3.16	8.00	58.42
Plovas su kiauliena (kiaulienos kumpis) (tausojantis)	41A	126/74	22.31	13.04	48.93	390.05
Kiaulienos (išpjovos) kasneliai (tausojantis)	54A	100	27.42	11.10	2.97	218.95
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)(augalinis)	4Gar	100	3.17	0.14	27.54	128.16
Pomidorų padažas	45A	20	0.78	0.10	4.74	22.00
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	1Sa	60	0.84	1.32	4.84	29.63
Pomidorai	4Sa	30	0.30	0.06	1.23	5.10
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0.15	0.03	1.05	4.98
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.02	0.69	2.33
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Iš viso su plovu			25.58	18.22	84.24	570.01
Iš viso su kiaulienos kasneliais			34.64	16.53	70.55	549.06

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) spygliukai (tausojantis)	11Va	200	24.60	13.81	42.98	395.80
Natūralus 2.5% jogurtas	018Pr	30	1.32	1.17	1.41	21.60
Trintos uogos	4Pa	30	0.39	0.19	5.01	15.75
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			26.30	15.17	49.40	433.16
Iš viso (dienos davinio):			60.94	31.70	119.95	982.22

3 savaitė
Antradienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	34-1Sr	150	3.18	1.43	14.62	75.10
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Vištienos filė maltinukas (tausojantis)	4A	100	24.90	4.76	12.31	190.37
Kepta viščiukų broilerių krūtinėlės filė (tausojantis)	33A	100	28.45	8.28	7.23	215.99
Troškintos daržovės (tausojantis)	11Gar	100	2.19	6.52	8.32	100.24
Pomidorai	4Sa	30	0.30	0.06	1.23	5.10
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	40	0.20	0.04	1.40	6.64
Paprika	18Sa	30	0.39	0.15	1.98	8.70
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	11G	150	0.06	0.02	0.83	3.23
Iš viso su kepta vištienos filė			37.35	17.49	66.18	548.74
Iš viso su vištienos filė maltinuku			33.79	13.98	71.25	523.12

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Naminė pica (tausojantis)	32Va	180	18.48	17.58	44.80	403.64
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.48	17.58	44.80	403.64
Iš viso (dienos davinio):			52.27	31.56	116.06	926.77

3 savaitė
Trečiadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (tausojantis)(augalinis)	23-1Sr	150	1.19	1.61	8.23	49.63
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Grietinėlėje 35% troškinta triušiena su morkomis (tausojantis)	43A	150	23.91	15.47	5.92	255.08
Balandėliai su mėsa (kiaulienos kumpis) (tausojantis)	53A	82/68	13.60	7.26	11.30	157.30
Bulvių košė (tausojantis)	2Gar	100	2.24	2.94	16.18	99.29
Burokėlių salotos su špinatais (augalinis)	26Sa	80	1.78	2.51	10.09	60.76
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	50	0.25	0.05	1.75	8.30
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Iš viso su triušiena			32.00	23.62	73.43	609.14
Iš viso su balandėliais			21.69	15.41	78.81	511.35

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	1Va	170	21.71	13.09	24.01	303.33
Sulčių padažas	7Pa	30	0.39	3.62	5.23	55.17
Ekologiškų obuolių sulčių gėrimas be pridėtinio cukraus	9G	200	0.16	0.16	16.00	70.40
Iš viso:			22.26	16.87	45.24	428.90
Iš viso (dienos davinio):			43.95	32.28	124.05	940.26

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba (žirneliai, bulvės, morkos, svogūnai) (ankštinis patiekalas) (augalinis)(tausojantis)	15Sr	150	2.71	6.16	14.42	112.58
Kapotos vištienos filė kepsniukai (tausojantis)	8A	100	23.47	6.97	10.74	198.16
Virtos miežinės kruopos (tausojantis)(augalinis)	9Gar	100	2.00	0.40	13.00	62.00
Virtų bulvių blynėliai su vištiena (kumpelių mėsa)	51A	135/35	14.82	11.44	30.10	279.01
Grietinė 15 %	18pr	40	1.68	6.00	1.20	66.00
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	28Sa	70	0.69	4.38	2.59	47.25
Paprika	18Sa	30	0.39	0.15	1.98	8.70
Kaliaropės	22Sa	30	0.57	0.06	1.62	6.30
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Iš viso su kapotos vištienos filė kepsniukais ir miežinėmis kruopomis			30.48	18.74	64.54	516.81
Iš viso su virtų bulvių blynėliais ir grietine			21.52	28.82	72.10	601.66

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	4Va	130	9.93	13.35	49.03	350.74
Trintos uogos	4Pa	20	0.26	0.13	3.34	10.50
Pienas 2.5%	4G	150	5.10	3.75	7.35	84.00
Iš viso:			15.29	17.23	59.72	445.24
Iš viso (dienos davinio):			36.81	46.05	131.82	1046.91

3 savaitė
Penktadienis

Pietūs 11:00-12:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	7-1Sr	150	2.16	3.36	15.45	97.07
Troškinti žuvies (jūros lydeka) kukuliai su daržovių padažu (tausojantis)	44A	100	20.65	12.16	17.84	261.00
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1Gar	100	2.06	0.10	18.85	83.43
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	1Va	180	22.99	13.86	25.42	321.18
Trintos šaldytos uogos	5Pr	20	0.23	0.12	3.38	10.93
Morkų lazdelės	3Sa	50	0.50	0.10	4.35	15.50
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir aliejumi	34Sa	70	1.68	4.97	4.58	64.46
Pomidorai	4Sa	40	0.40	0.08	1.64	6.80
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Iš viso su žuvies kukuliais ir bulvėmis			28.11	21.40	82.90	610.08
Iš viso su varškės apkepu ir trintomis uogomis			28.61	23.11	75.02	597.76

Vakarienė 14:30-16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (pienas2.5%) makaronų sriuba (tausojantis)	17Sr	250	8.13	7.31	23.76	195.81
Morkų pyragas	30Va	90	6.21	12.51	25.30	229.75
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			14.33	19.81	49.06	425.56
Iš viso (dienos davinio):			42.94	42.93	124.08	1023.32