

Direktorė  
Simona Eirošienė



Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo  
8 priedas

Direktorė  
Daila Filimonova



**VILKYČIŲ PAGRINDINĖ MOKYKLA VEIVIRŽO G.16 VILKYČIŲ K.,  
ŠILUTĖS RAJ.**

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos, (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

**MOKAMAS 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

**11 ir vyresni mokiniai**

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7.30 iki 18.00val.

I savaitė - Pirmadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė



I komplektas Pietūs 1088/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su juodaisiais lešiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	5,0	0,2	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje troškinta vištienos file su daržovėmis (T)	Se-P5	60/60	22,1	4,6	3,2	0,9	0,3	142
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	130	4,6	4,2	28,2	2,9	0,0	169
Pekininio kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	125	1,3	7,2	4,0	1,5	0,2	86
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,6	18,8	73,0	13,4	0,9	600

II komplektas Pietūs 1088/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su juodaisiais lešiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	5,0	0,2	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvekinėje krosnyje kepti varškės paplotėliai su bananais ir aguonomis (T)	Se-V2	129/15/6	21,4	18,4	22,7	2,9	0,2	342
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	0,0	16
Šviežios, traškios morkytės (A)	Se-D36	90	0,5	0,3	7,1	2,7	0,1	33
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,5	22,4	68,6	13,8	0,8	594

III komplektas Pietūs 1088/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su juodaisiais lešiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	5,0	0,2	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Bulgur kruopų troškiny (T), (A)	Se-Kr36	200	7,3	5,2	46,7	6,1	0,9	263
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	100	0,9	9,4	7,9	2,7	0,2	120
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			14,8	17,5	92,2	17,0	1,5	586
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			34,6	18,8	73,0	13,4	0,9	600
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			29,5	22,4	68,6	13,8	0,8	594
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			14,8	17,5	92,2	17,0	1,5	586

I savaitė - Antradienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I kompleksas Pietūs 1055/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	2,5	5,0	10,4	3,9	0,8	96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Troškinta jautienos nugarinė (T)	Se-J4	100	33,3	13,7	12,5	2,3	0,3	307
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	100	2,3	2,9	16,7	1,4	0,7	102
Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapais (A)	Se-S20	100	0,9	2,2	2,7	1,0	0,3	34
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			40,8	24,5	65,8	11,8	2,4	647

II kompleksas Pietūs 1055/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	2,5	5,0	10,4	3,9	0,8	96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvekciniėje krosnyje kepti varškės paplotėliai su cukinijomis (T)	Se-V5	126/54	29,9	26,5	31,6	4,4	0,5	485
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	0,0	16
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	105	0,8	0,2	2,4	0,7	0,0	15
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			36,1	33,2	69,2	12,2	1,6	719

III kompleksas Pietūs 1055/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	2,5	5,0	10,4	3,9	0,8	96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Lėšių makaronai su daržovėmis (smidrais, paprikomis, pomidorais, cukinijomis) (T), (A)	Se-Kr56	131/49	20,6	21,1	42,3	17,0	0,5	441
Švieži salotų lapai ir pjaustyti vyšniniai pomidorukai apšlakstyti nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S24	90	1,0	9,1	2,7	1,3	0,0	96
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			25,9	35,8	78,8	25,3	1,6	741
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			40,8	24,5	65,8	11,8	2,4	647
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			36,1	33,2	69,2	12,2	1,6	719
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			25,9	35,8	78,8	25,3	1,6	741

1 savaitė - Trečiadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I komplektas Pietūs 10<sup>05</sup>-12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	1,8	0,8	103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Garuose kepti kalakutiškos file muštinkai su špinatais (T)	Se-P10	84/16	28,8	8,5	2,0	0,9	0,5	200
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	0,8	0,4	155
Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)	Se-S7.1	110	1,2	3,1	9,2	2,1	0,4	69
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			39,1	15,9	83,8	8,8	2,4	635

II komplektas Pietūs 10<sup>05</sup>-12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	1,8	0,8	103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Virti varškėčiai su ryžių miltais praturtinti grikių sėlenomis (T)	Se-V7	175/5	27,5	15,5	55,4	1,2	0,3	471
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Garuose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	110	2,1	4,1	6,6	1,5	0,4	71
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,6	24,7	103,5	7,6	1,7	774

III komplektas Pietūs 10<sup>05</sup>-12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	1,8	0,8	103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Morkų blynėliai su avižių gėrimu (T), (A)	Se-M8.1	200	12,2	5,9	90,9	5,7	0,8	465
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	0,8	0,0	31
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	120	1,0	0,2	2,8	0,8	0,0	17
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			17,1	10,4	140,4	12,2	1,9	724
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			39,1	15,9	83,8	8,8	2,4	635
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			34,6	24,7	103,5	7,6	1,7	774
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			17,1	10,4	140,4	12,2	1,9	724

I savaitė - Ketvirtadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I kompleksas Pietūs 10<sup>55</sup> 12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Sviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	1,8	0,9	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti kiaušienės maltinukai su trintais pomidorais (T)	Se-K1	60/40	15,6	5,5	6,4	2,1	1,4	137
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	140	6,2	1,5	34,0	2,9	0,0	174
Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	120	1,9	7,6	11,1	3,3	1,0	120
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>26,9</b>	<b>17,7</b>	<b>83,6</b>	<b>13,3</b>	<b>3,5</b>	<b>601</b>

II kompleksas Pietūs 10<sup>55</sup> 12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Sviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	1,8	0,9	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvekciniėje krosnyje keptas varškės apkepas su bananais ir šilauogėmis (T)	Se-V9	98/38/14	18,1	16,1	19,3	5,0	0,2	294
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	0,0	16
Konvekciniėje krosnyje keptos morkytės (T), (A)	Se-D3	90	1,3	11,8	10,3	3,6	0,5	153
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>23,5</b>	<b>31,7</b>	<b>63,1</b>	<b>13,5</b>	<b>1,8</b>	<b>632</b>

III kompleksas Pietūs 10<sup>55</sup> 12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Sviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	1,8	0,9	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti raudonųjų lęšių ir morkų paplotėliai (T), (A)	Se-Kr35	119/21	13,6	10,2	36,6	6,5	0,3	293
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas		40	0,3	1,5	2,6	0,0	0,0	25
Sviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	90	0,7	7,7	3,1	1,1	0,4	85
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>17,8</b>	<b>22,5</b>	<b>74,5</b>	<b>12,5</b>	<b>1,8</b>	<b>572</b>
I kompleksas <b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>26,9</b>	<b>17,7</b>	<b>83,6</b>	<b>13,3</b>	<b>3,5</b>	<b>601</b>
II kompleksas <b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>23,5</b>	<b>31,7</b>	<b>63,1</b>	<b>13,5</b>	<b>1,8</b>	<b>632</b>
III kompleksas <b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>17,8</b>	<b>22,5</b>	<b>74,5</b>	<b>12,5</b>	<b>1,8</b>	<b>572</b>

I savaitė - Penktadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I komplektas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	1,5	0,8	48
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	1,9	0,3	75
Garuose kepta lydekos file (T)	Se-ŽA	100	25,7	3,3	0,4	0,2	0,7	134
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	160	5,7	1,5	37,1	1,7	0,7	185
Kaliaropių salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	130	1,9	4,3	7,1	2,5	0,5	74
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>36,8</b>	<b>11,5</b>	<b>80,7</b>	<b>9,6</b>	<b>3,0</b>	<b>574</b>

II komplektas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	1,5	0,8	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Virti varškės ir moliūgų virtinukai (T)	Se-V11	136/34	20,8	11,5	24,5	0,9	0,5	285
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	0,0	0,0	117
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	105	1,0	9,9	8,3	2,9	0,2	126
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>25,6</b>	<b>35,7</b>	<b>65,0</b>	<b>8,4</b>	<b>1,8</b>	<b>683</b>

III komplektas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	1,5	0,8	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Avinžirnių ir moliūgų apkepamas (T), (A)	Se-D14	180/120	21,0	8,7	50,8	1,0	0,6	365
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas		60	0,4	2,2	3,8	0,0	0,0	37
Švieži vyšniniai pomidorukai (A)	Se-D22	180	1,4	0,5	6,3	2,5	0,0	36
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>25,7</b>	<b>13,7</b>	<b>91,9</b>	<b>8,2</b>	<b>1,6</b>	<b>594</b>
		<b>I komplektas Iš viso (dienos davinio):</b>	<b>36,8</b>	<b>11,5</b>	<b>80,7</b>	<b>9,6</b>	<b>3,0</b>	<b>574</b>
		<b>II komplektas Iš viso (dienos davinio):</b>	<b>25,6</b>	<b>35,7</b>	<b>65,0</b>	<b>8,4</b>	<b>1,8</b>	<b>683</b>
		<b>III komplektas Iš viso (dienos davinio):</b>	<b>25,7</b>	<b>13,7</b>	<b>91,9</b>	<b>8,2</b>	<b>1,6</b>	<b>594</b>

2 savaitė - Pirmadienis

Direktorė  
Simona Eišrošienė

1055-1230 val.  
I kompleksas Pietūs  
DAB  
ORDEN  
Direktorė  
Dalia Eimontova  
Patiekalo pavadinimas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	14,6	4,3	0,8	86
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Keptuvėje kepti kapotos kalakutienos kepsniukai	Se-P12	100	19,3	10,0	5,0	0,5	0,8	187
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	0,8	0,4	155
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	110	3,3	17,3	6,5	4,2	0,1	195
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	34,0	29,5	82,4	13,0	2,3	731

II kompleksas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	14,6	4,3	0,8	86
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su ryžių miltais ir bananais (T)	Se-V10	84/30/36	21,5	17,3	38,6	1,0	0,4	396
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	0,0	16
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	90	0,7	7,7	3,1	1,1	0,4	85
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	29,2	27,7	81,0	9,5	1,8	690

III kompleksas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	14,6	4,3	0,8	86
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Keptuvėje kepti avižinių dribsnių ir boliviinių balandų blynėliai su obuoliais ir bananais (T), (A)	Se-Kr11.1	125/33/40/22	10,6	7,2	61,4	7,3	0,4	353
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	0,8	0,0	31
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	130	1,1	11,2	4,5	1,5	0,6	123
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	17,9	20,4	111,1	17,1	2,0	700
		I kompleksas Iš viso (dienos davinio):	34,0	29,5	82,4	13,0	2,3	731
		II kompleksas Iš viso (dienos davinio):	29,2	27,7	81,0	9,5	1,8	690
		III kompleksas Iš viso (dienos davinio):	17,9	20,4	111,1	17,1	2,0	700

6

2 savaitē - Antrdienis

Direktore  
Simona Eirošienė

I komplekts Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vērtē, g					Enerģinē vērtē, kcal
			baltymai, g	riabalai, g	angliavandeniai, g	skaidulīnēs medžiagas, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta cukiniju ir brokoļu sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginē duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaiteje kepti maltos kiauļienos kukulītai su soru kručopmis ir ģiobrelīais (T)	Se-K3	108/12	31,2	8,1	5,2	0,4	0,6	219
Bufvīņu košē (T)	Se-Gr7	120	2,7	3,5	20,0	1,7	0,9	123
Morku, obuoliu ir salieru salotas su saulēgrāzomis (A)	Se-S15	120	1,6	1,6	10,8	3,0	0,5	64
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovēmīs, žolēlēmīs ar uogomīs)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			38,7	18,0	63,5	9,6	2,4	571

II komplekts Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vērtē, g					Enerģinē vērtē, kcal
			baltymai, g	riabalai, g	angliavandeniai, g	skaidulīnēs medžiagas, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta cukiniju ir brokoļu sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginē duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaiteje kepti varšķēčiai su batatais (T)	Se-V12	85/45	29,0	30,4	26,9	27,5	0,4	497
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Garnose apkeptos cukiniju lazdelēs (T), (A)	Se-D15	85	1,6	3,2	5,1	1,2	0,3	55
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovēmīs, žolēlēmīs ar uogomīs)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			35,1	39,3	61,2	33,1	1,2	739

III komplekts Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vērtē, g					Enerģinē vērtē, kcal
			baltymai, g	riabalai, g	angliavandeniai, g	skaidulīnēs medžiagas, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta cukiniju ir brokoļu sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginē duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvekcīnēje krosnyje kepti brīnkintu griķu ir cukiniju kotletukai (T), (A)	Se-Kr23	157/23	10,2	8,1	59,1	3,3	0,2	351
Veganišķas natūralus kokosu jogurtas		40	0,3	1,5	2,6	0,0	0,0	25
Šviežios morku lazdelēs apslakstytos nerafīnuotu, šalto spaudimo alyvuogiu aliejumi (T), (A)	Se-D23	110	1,0	10,4	8,7	3,0	0,2	132
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovēmīs, žolēlēmīs ar uogomīs)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			14,7	24,7	97,9	10,8	0,9	673
I komplekts Iš viso (dienos davinio):			38,7	18,0	63,5	9,6	2,4	571
II komplekts Iš viso (dienos davinio):			35,1	39,3	61,2	33,1	1,2	739
III komplekts Iš viso (dienos davinio):			14,7	24,7	97,9	10,8	0,9	673

2 savaitė - Trečiadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

1055 1230

I komplektas Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Špinatų sriuba (T), (A)	Se-Sr22	150	1,3	1,5	7,9	1,3	1,1	50
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Vištienos šlaunelių mėsa troškinta grietinėlėje (T)	Se-P16	135/15	29,2	16,3	2,7	0,5	1,6	275
Pastarnokų košė (T)	Se-Gr19	150	2,2	2,7	23,9	6,3	0,5	129
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S22	150	2,3	2,9	10,6	3,2	0,6	78
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			36,8	24,2	68,6	14,4	4,1	639

II komplektas Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Špinatų sriuba (T), (A)	Se-Sr22	150	1,3	1,5	7,9	1,3	1,1	50
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje keptas varškės apkepas su vyšniomis ir šilauogėmis (T)	Se-V21	133/19/8	19,9	28,2	23,2	5,3	0,3	426
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	100	0,8	0,2	2,3	0,7	0,0	14
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			25,1	31,6	58,6	10,5	1,7	619

III komplektas Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Špinatų sriuba (T), (A)	Se-Sr22	150	1,3	1,5	7,9	1,3	1,1	50
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Virtu ryžių makaronai (su bolvinėmis balandomis ir burnočiais) su pomidorais, špinatais ir ciberžole (T), (A)	Se-M17	132/68	6,7	7,7	59,4	2,4	0,8	334
Orkaitėje kepti burokėliai (T), (A)	Se-D26	100	2,1	10,2	12,4	3,0	1,0	149
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			11,9	20,1	103,2	9,9	3,1	641
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			36,8	24,2	68,6	14,4	4,1	639
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			25,1	31,6	58,6	10,5	1,7	619
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			11,9	20,1	103,2	9,9	3,1	641

8

2 savaitė - Ketvirtadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I kompleksas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta moliūgų sriuba su lešiais (T), (A)	Se-Sr23	150	3,7	2,2	15,3	2,8	0,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Garuose kepti veršienos kukuliai (T)	Se-J5	130	20,1	8,2	7,7	1,9	0,5	185
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	160	7,1	1,7	38,8	3,3	0,0	199
Garuose keptos sezoninės daržovės (morkos, pomidorai, salierai, paprikos, brokoliai, cukinijos) (T), (A)	Se-D10	145	2,7	4,4	11,8	4,4	0,1	97
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	35,3	17,1	97,1	15,5	1,2	684

II kompleksas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta moliūgų sriuba su lešiais (T), (A)	Se-Sr23	150	3,7	2,2	15,3	2,8	0,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškės ir pilno grūdo kapotų avižinių kruopų paplotėliai su bananais (T)	Se-V19	153/27	25,8	21,9	33,8	5,5	0,2	436
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Šviežių morkų lazdeles (A)	Se-D27	110	1,1	0,2	9,6	3,3	0,3	45
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	33,8	26,0	83,8	14,7	1,0	704

III kompleksas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta moliūgų sriuba su lešiais (T), (A)	Se-Sr23	150	3,7	2,2	15,3	2,8	0,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Avižinių troškynys su daržovėmis (pomidorais, paprikomis, morkomis) (T), (A)	Se-D6	196/84	16,2	10,5	37,4	10,3	0,3	309
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, žalumynais, kanapių ir saulėgrąžų sėklomis bei šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S19	140	3,3	11,9	6,2	2,2	0,8	145
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	25,0	25,2	82,4	18,4	1,6	657
		I kompleksas Iš viso (dienos davinio):	35,3	17,1	97,1	15,5	1,2	684
		II kompleksas Iš viso (dienos davinio):	33,8	26,0	83,8	14,7	1,0	704
		III kompleksas Iš viso (dienos davinio):	25,0	25,2	82,4	18,4	1,6	657

2 savaitė - Penktadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I kompleksas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	2,7	0,8	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Garuose kepti lašišų file kepsneliai su citrinomis (T)	Se-Ž7	86/4	21,2	14,4	0,6	0,3	0,2	217
Garuose keptos bulvytės su rozmariniais (T), (A)	Se-D12	150	3,8	1,2	34,8	4,6	0,1	165
Sviežių agurkų salotos su salierais ir krapais (A)	Se-S20	120	1,0	2,7	3,2	1,2	0,4	41
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			30,6	21,4	82,2	11,9	1,7	644

II kompleksas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	2,7	0,8	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su kukurūzų miltais ir bananais (T)	Se-V15	105/30/15	23,1	18,7	32,8	1,6	0,2	392
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	0,0	16
Svieži vyšniniai pomidorukai (A)	Se-D22	90	0,7	0,3	3,2	1,3	0,0	18
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,4	22,9	80,8	8,7	1,3	647

III kompleksas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	2,7	0,8	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Kukurūzų ir sorų miltų blynėliai su bananais ir troškintais obuoliais (A)	Se-M10.1	130/18/32	4,7	12,3	55,5	4,3	0,2	352
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas		40	0,3	1,5	2,6	0,0	0,0	25
Sviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	110	0,9	9,4	3,8	1,3	0,5	104
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			10,5	26,4	105,4	11,4	1,7	702
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			30,6	21,4	82,2	11,9	1,7	644
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			29,4	22,9	80,8	8,7	1,3	647
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			10,5	26,4	105,4	11,4	1,7	702

3 savaitė - Pirmadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I komplektas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	2,2	0,9	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti triušienos maltinukai su žalumynais (T)	Se-P17	96/4	20,5	12,1	2,7	0,6	0,5	202
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	150	6,8	0,3	41,0	1,1	0,5	194
Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	125	2,0	7,9	11,5	3,5	1,0	125
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			32,9	23,5	94,5	10,4	3,1	721

II komplektas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	2,2	0,9	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Varškės ir kukininių papiotėliai su spelta miltais (T)	Se-V17	123/66/31	24,5	27,9	29,1	2,9	1,5	466
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Pjaustyti pomidorai (A)	Se-D19	130	1,3	0,3	5,3	2,1	0,0	29
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,5	31,3	73,7	10,3	2,7	694

III komplektas Pietūs 1055-1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	2,2	0,9	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Virti pilno grūdo makaronai su avokadais ir špinatais (T), (A)	Se-M22	187/22/11	12,6	8,5	72,6	8,7	0,8	417
Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A)	Se-S1.1	110	1,2	4,4	3,6	1,5	0,2	59
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			17,4	16,1	115,4	15,6	2,1	676
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			32,9	23,5	94,5	10,4	3,1	721
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			29,5	31,3	73,7	10,3	2,7	694
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			17,4	16,1	115,4	15,6	2,1	676

3 savaitė - Antradienis

Direktorė  
Simona Eišienė1055-1230  
Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Pomidorų sriuba su avinžimiais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	3,6	0,1	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti veršienos gabaliukai su baklažanais, morkomis ir paprikomis (T)	Se-J9	63/37	19,1	8,8	5,0	1,8	0,9	176
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	140	4,9	1,4	32,4	1,5	0,6	162
Pekininio kopūsto salotos su kukurūzais (A)	Se-S30	120	2,1	2,8	12,1	1,7	0,6	82
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	33,4	15,8	86,0	11,8	2,4	620

1055-1230  
II kompleksas Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Pomidorų sriuba su avinžimiais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	3,6	0,1	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvekcijoje krosnyje kepti varškėčiai su obuoliais (T)	Se-V16	138/12	25,7	18,3	38,0	4,4	0,8	420
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	95	0,8	0,2	2,2	0,7	0,0	13
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	35,0	22,3	78,3	11,8	1,2	654

1055-1230  
III kompleksas Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Pomidorų sriuba su avinžimiais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	3,6	0,1	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Keptuvėje kepti kukurūzų miltų blynai su kokosų gėrimu, bananais ir kriaušėmis (A)	Se-M12	67/35/24/14	4,5	13,4	43,2	3,4	0,0	312
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	0,8	0,0	31
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	90	0,8	8,5	7,1	2,5	0,2	108
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	12,8	24,9	93,9	13,5	0,6	651
		I kompleksas Iš viso (dienos davinio):	33,4	15,8	86,0	11,8	2,4	620
		II kompleksas Iš viso (dienos davinio):	35,0	22,3	78,3	11,8	1,2	654
		III kompleksas Iš viso (dienos davinio):	12,8	24,9	93,9	13,5	0,6	651

12

3 savaitė - Trečiadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I komplektas Pietūs 10.08-19.30 val.  
UAB "ORDIEN" Direktorė Dalia Filimonova  
Patiekalo pavadinimas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Saldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	1,8	0,7	60
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvekciniėje krosnyje kepti vištienos ir grikių kotletukai (T)	Se-P3	86/64	32,0	6,7	21,1	1,9	0,3	272
Žiedinių kopūstų piure (T), (A)	Se-Gr10	100	2,9	4,3	6,1	2,3	0,5	75
Kalmarų salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	125	1,8	4,1	6,8	2,4	0,5	72
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	40,6	17,1	67,5	11,6	2,3	586

II komplektas Pietūs 10.08-19.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Saldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	1,8	0,7	60
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje keptas varškės apkepas su mėlynėmis (T)	Se-V3	140/60	26,2	15,8	23,4	3,2	0,3	341
Natūralus jogurtas 2,5%		50	1,7	1,3	2,1	0,0	0,1	26
Garuose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	125	2,4	4,6	7,5	1,7	0,4	81
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	34,1	23,6	66,5	9,9	1,7	615

III komplektas Pietūs 10.08-19.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Saldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	1,8	0,7	60
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	1,9	0,3	75
Troškintos šparaginės pupelės su morkomis ir trintais pomidorais (T), (A)	Se-D42	150	4,5	4,1	15,7	6,5	0,7	117
Garuose keptos bulvytės su rozmariniais (T), (A)	Se-D12	120	3,1	0,9	27,9	3,7	0,1	132
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su ęsnakais, sezamu sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	135	4,1	21,3	7,9	5,1	0,1	240
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	16,3	28,3	90,3	20,8	2,0	681
		I komplektas Iš viso (dienos davinio):	40,6	17,1	67,5	11,6	2,3	586
		II komplektas Iš viso (dienos davinio):	34,1	23,6	66,5	9,9	1,7	615
		III komplektas Iš viso (dienos davinio):	16,3	28,3	90,3	20,8	2,0	681

3 savaitė - Ketvirtadienis

Direktorė  
Simona EirošienėI komplektas Pietūs 10<sup>55</sup>-12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	1,7	2,8	11,2	2,2	0,3	77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Kiaulienos troškėnis su pupelėmis (T)	Se-K7	90/60	21,8	5,2	19,8	4,7	0,8	213
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	120	5,3	1,3	29,1	2,5	0,0	149
Keptų cukinijų, žirnelių ir mėtų salotos (T), (A)	Se-S10	135	4,8	2,2	12,9	5,2	0,8	91
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	35,4	12,2	96,5	17,7	2,1	637

II komplektas Pietūs 10<sup>55</sup>-12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	1,7	2,8	11,2	2,2	0,3	77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su špinatais (T)	Se-V13	143/7	26,4	20,4	26,6	1,6	0,8	395
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Šviežios, traškios morkytės (A)	Se-D36	95	5,7	2,5	2,9	0,3	0,1	57
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	36,9	27,4	65,9	7,3	1,4	657

III komplektas Pietūs 10<sup>55</sup>-12<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	1,7	2,8	11,2	2,2	0,3	77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Lęšių makaronai su troškintų daržovių padažu (T), (A)	Se-Kr26	104/96	20,2	12,8	43,5	18,5	0,5	370
Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A)	Se-S1.1	100	1,0	4,0	3,3	1,4	0,2	53
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	24,8	20,3	81,5	25,3	1,2	608
		I komplektas Iš viso (dienos davinio):	35,4	12,2	96,5	17,7	2,1	637
		II komplektas Iš viso (dienos davinio):	36,9	27,4	65,9	7,3	1,4	657
		III komplektas Iš viso (dienos davinio):	24,8	20,3	81,5	25,3	1,2	608

14

3 savaitė - Penktadienis

Direktorė  
Simona Eirošienė

I komplektas Pietūs 1055/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	
Raudonųjų lęšių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	3,3	0,2	10,6	1,8	0,5	57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Garuose kepta menkės file (T)	Se-Z3	110	27,1	2,1	0,5	0,2	0,3	130
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	150	4,2	3,9	26,0	2,6	0,0	156
Šviežių morkų ir kopūstų salotos su sezamų sėklomis ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S23	130	2,7	12,3	8,8	4,2	4,0	156
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			39,1	19,2	69,4	12,1	5,0	607

II komplektas Pietūs 1055/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	
Raudonųjų lęšių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	3,3	0,2	10,6	1,8	0,5	57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaiteje kepti varškėčiai su varške be laktozės (9 %rieb.), kukurūzų miltais ir bananais (T)	Se-V14	105/30/15	24,2	18,7	31,0	1,6	0,2	390
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	95	0,8	8,2	3,3	1,1	0,4	90
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			31,5	28,8	70,0	7,7	1,4	665

III komplektas Pietūs 1055/1230 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
			II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	II m. ir vyr.	
Raudonųjų lęšių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	3,3	0,2	10,6	1,8	0,5	57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaiteje kepti bulgur kruopų ir pupelių rutuliukai (T), (A)	Se-Kr37	108/72	14,1	6,7	53,7	8,0	0,3	331
Pastarnokų padažas (8,5 %rieb.) (T), (A)	Se-Pa5	40	0,3	3,4	4,3	1,2	0,1	49
Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos su sezamų ir moliūgų sėklomis (A)	Se-S7	110	2,6	5,7	9,4	2,9	0,4	100
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			22,2	16,7	101,5	17,0	1,5	645
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			39,1	19,2	69,4	12,1	5,0	607
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			31,5	28,8	70,0	7,7	1,4	665
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			22,2	16,7	101,5	17,0	1,5	645

15