

4-7 M.  
1 savaitė  
Pirmadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su pienu ir sviestu (tausojantis)	1-1/2	150/5	5,34	7,1	22,01	169,85
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4,16	5,04	0,12	58
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	100	0,4	0	9,9	40
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,06</b>	<b>12,21</b>	<b>35,77</b>	<b>283,13</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojantis) (augalinis)	17/2	150	1,97	2,9	15,91	96,82
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Orkaitėje keptas kiaulienos ir jautienos maltinis (tausojantis)	4/5	80	16,9	6,91	3,5	144,36
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	80	3,07	0,42	19,8	95,1
Daržovių padažas	13-77	20	0,38	2,66	1,72	23,42
Švž. kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-95/1	70/7	0,93	6,79	3,36	76,52
Švž. pomidorai	2-54	30	0,3	0,12	1,74	8,1
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>24,93</b>	<b>20,03</b>	<b>56,62</b>	<b>494,7</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės virtinukai (tausojantis)	6-18	130	20,46	10,07	29,65	294,88
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	15	0,12	0,05	2,81	11,46
Vanilinis sviesto ir grietinės padažas (tausojantis)	13.4/9	20	0,38	9,11	0,5	85,67
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>20,96</b>	<b>19,23</b>	<b>32,96</b>	<b>392,01</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>55,95</b>	<b>51,47</b>	<b>125,35</b>	<b>1169,84</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
1 savaitė  
Antradienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*R. Pojarkova*

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	8/3	200/7	7,76	7,42	43,25	270,78
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	80	0,4	0,08	8,16	34,96
Kakava su pienu be cukraus	12-1/5	150	3,83	3,37	6,45	71,57
<b>Iš viso:</b>			<b>12,15</b>	<b>10,94</b>	<b>61,6</b>	<b>392,59</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	3/1	150	6,57	4,91	23,15	152,27
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Orkaitėje kepti, sultingi, purūs, kapotos lietuviškos vištienos muštinkukai (tausojantis)	8.114	80	31,87	7,37	10,75	236,64
Biri ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-16/2	70/2	1,28	2,03	12,91	75,15
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	2-40	70/2	0,55	1,93	2,85	32,88
Morkų lazdelės (augalinis)	33	30	0,3	0,03	3,12	13,5
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	190/20	0,19	0,02	2,46	9,87
<b>Iš viso:</b>			<b>42,12</b>	<b>16,51</b>	<b>65,64</b>	<b>570,11</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynai iš kefyro ir miltų	5-21/3	150	8,72	7,89	42,43	279,61
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	25	0,2	0,09	4,68	19,1
Natūralus jogurtas (2,5%)	13-22/9	20	0,88	0,78	0,94	14,4
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,8</b>	<b>8,76</b>	<b>48,05</b>	<b>313,11</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>64,07</b>	<b>36,21</b>	<b>175,29</b>	<b>1275,81</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
1 savaitė  
Trečiadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*R. Pojarkova*

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išseiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė gardinta pienu ir sviestu (tausojantis)	4-55/02	200/7	5,88	7,51	39,33	239,75
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	15	0,12	0,05	2,81	11,46
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4,16	5,04	0,12	58
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	100	0,9	0,1	11,7	47
Arbata be cukraus su citrina	16	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>11,08</b>	<b>12,71</b>	<b>54,15</b>	<b>356,79</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išseiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Moliūgų sriuba su grietinėle (tausojantis)	17/43	150	1,72	3,81	13,88	94,55
Skrebutis	79.1/5	20	1,79	0,47	12,49	62,59
Virtų bulvių ir kalakutienos mėsos blynai "Žemaičiai".	10-9.	100	8,31	11,97	25,29	235,94
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	20	0,48	6	0,62	58,6
Švž. pomidorai	2-54	50	0,5	0,2	2,9	13,5
Rauginti agurkai	18.2	50	1,4	0	0,65	9,5
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>14,22</b>	<b>22,46</b>	<b>56,02</b>	<b>475,26</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išseiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietųjų kviečių makaronai su grietinėle ir fermentiniu sūriu (tausojantis)	4-9/4	100/15/15	12,53	11,11	36,17	296,76
Švž. pomidorai	2-54	70	0,7	0,28	4,06	18,9
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	100	0,4	0	9,9	40
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,63</b>	<b>11,39</b>	<b>50,13</b>	<b>355,66</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,93</b>	<b>46,56</b>	<b>160,3</b>	<b>1187,71</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
1 savaitė  
Ketvirtadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*Rita Pojarkova*

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška tiršta ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-52	200/7	6,05	7,93	41,55	262,1
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	25	0,2	0,09	4,68	19,1
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	100	0,7	0,4	17,6	76,8
Kmyną arbata be cukraus	9/2	150	0,4	0,29	1	6,66
<b>Iš viso:</b>			<b>7,35</b>	<b>8,71</b>	<b>64,83</b>	<b>364,66</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su brokoliais (tausojantis)(augalinis)	79/0.1	150	2,14	3,15	9,41	70,26
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Troškintas veršienos kukulis su daržovių padažu (konservuoti pomidorai, morkos, svogūnai, česnakai, grietinėlė) (tausojantis)	12-0/1.4	60/40	12,96	17,77	4,9	228,59
Kuskuso kruopų košė pagardinta ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	55/2	60	2,43	3,27	13,49	120,9
Švž. morkų ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-22/1	60/3	0,51	1,2	6,81	38,71
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>19,42</b>	<b>25,62</b>	<b>45,2</b>	<b>508,84</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	1-77.1	150	4,42	3,73	16,75	120,33
Naminė mielinė bandelė	15-17	50	4,72	4,56	21,5	145,59
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	100	0,4	0	9,9	40
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,54</b>	<b>8,29</b>	<b>48,15</b>	<b>305,92</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>36,31</b>	<b>42,62</b>	<b>158,18</b>	<b>1179,42</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
1 savaitė  
Penktadienis



Tvirtinū: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*R. Pojarkova*

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	04-06	150/5	5,79	5,3	37,36	219,3
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	100	1	0	8	35
Trapučiai (kukurūzų arba grikių arba ryžių)	25.1	20	1,42	0,22	15,8	73
Arbata be cukraus su citrina	16	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>8,23</b>	<b>5,53</b>	<b>61,35</b>	<b>327,88</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-26/6	150	6,31	2,58	19,28	120,1
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Orkaitėje keptas žuvis (lašišos) maltinis (tausojantis)	18/22	60	15,3	11,42	5,4	184,93
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	70/3	1,86	2,49	15,42	88
Virtų burokėlių, mar. agurkų ir žirnėlių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-31/9	70/6	1,39	2,51	7,93	56,19
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>26,24</b>	<b>19,23</b>	<b>58,62</b>	<b>499,6</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	32	150	21,8	16,2	17,72	306
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	25	0,2	0,09	4,68	19,1
Natūralus jogurtas (2,5%)	13-22/9	20	0,88	0,78	0,94	14,4
Arbata be cukraus su citrina	16	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>22,9</b>	<b>17,08</b>	<b>23,53</b>	<b>340,08</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>57,37</b>	<b>41,84</b>	<b>143,5</b>	<b>1167,56</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
2 savaitė  
Pirmadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*R. Pojarkova*

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pieniška manų kruopų košė paskaninta bananu, cinamonu ir sviestu (tausojantis)	4-10/2	150/15/5	5,07	5,95	29,66	195,26
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	180	0,72	0	17,82	72
Kmyną arbata be cukraus	9/2	150	0,4	0,29	1	6,66
<b>Iš viso:</b>			<b>6,35</b>	<b>6,31</b>	<b>52,22</b>	<b>289,2</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	93/2	150	2,45	3,82	18,68	112,23
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Kietųjų kviečių makaronai su jautiena ir daržovių "Bolognese" padažu (tausojantis)	11-15/2.1	100/50/45	19,59	5,44	31,27	253,91
Marinuoti agurkėliai (augalinis)	18.2/5	50	0,5	0,2	3,85	21
Švž. pomidorai	2-54	50	0,5	0,2	2,9	13,5
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>24,42</b>	<b>9,89</b>	<b>67,29</b>	<b>451,02</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	32	150	23,54	16,2	17,72	312,7
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Naminis vanilinis jogurtinis padažas	13-41	30	1,25	1,1	2,2	23,73
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/6-4	100	0,9	0,1	11,7	47
Arbata be cukraus	14-5/2	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>25,85</b>	<b>17,47</b>	<b>35,36</b>	<b>398,71</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>56,62</b>	<b>33,67</b>	<b>154,87</b>	<b>1138,93</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
2 savaitė  
Antradienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*Pojarkova*

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška penkių rūšių grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	41/2	200/7	6,25	7,98	31,85	224,3
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4,16	5,04	0,12	58
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	100	0,5	0,1	10,2	43,7
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,07</b>	<b>13,19</b>	<b>45,91</b>	<b>341,28</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įvairiaspalvių daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	1-79/2	150	2,38	2,51	11,93	74,73
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Vištienos filė mėsos maltinis troškintas orkaitėje (tausojantis)	10-2.22	60	21,75	4,79	5,13	156,99
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	80/3	2,11	2,84	17,56	100,22
Pekino kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-39	80/5	1,06	5,6	3,31	66,02
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>28,68</b>	<b>15,97</b>	<b>48,52</b>	<b>448,34</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mielinė bandelė su dešrele	17	75	9,33	12,52	30,34	268,76
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	80	0,96	0,24	18,48	77,6
Arbata be cukraus	14-3/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,29</b>	<b>12,76</b>	<b>48,82</b>	<b>346,36</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>50,04</b>	<b>41,92</b>	<b>143,25</b>	<b>1135,98</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
2 savaitė  
Trečiadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*Rita*

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	98/2	50	6,15	5,85	0,35	78,5
Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu (batonas)	104/17/1	40/7/20	8,63	11,57	20,8	223,99
Konservuoti žirneliai	2-28	20	0,98	0,04	3,16	12,8
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	100	1	0	8	35
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>16,76</b>	<b>17,46</b>	<b>32,31</b>	<b>350,29</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltųjų pupelių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	71	150	3,43	2,81	15,57	98,53
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Plikytų ryžių plovos su kiauliena	9-30/4.1	100/50	16,67	21,1	26,49	273,91
Rauginti agurkai	18.2/3	50	1,4	0	0,65	9,5
Švž. morkų traškios lazdelės	2-53	50	0,5	0,05	5,2	22,5
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>23,38</b>	<b>24,19</b>	<b>58,5</b>	<b>454,82</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-01/01	200/7	5,39	6,52	33,85	206,92
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	25	0,2	0,09	6,13	24,82
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	100	0,7	0,4	17,6	76,8
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>6,29</b>	<b>7,01</b>	<b>57,58</b>	<b>308,54</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,43</b>	<b>48,66</b>	<b>148,39</b>	<b>1113,65</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
2 savaitė  
Ketvirtadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*Rita Pojarkova*

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	8/3	200/7	7,76	7,42	43,25	270,78
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	15	0,12	0,05	2,81	11,46
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	100	1,2	0,3	23,1	97
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,08</b>	<b>7,77</b>	<b>69,16</b>	<b>379,24</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avinžirnių sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	17.95.1	150	5,53	3,4	14,87	111,4
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Troškintas kopūstų ir kalakutienos "Tinginio" balandėlis (tausojantis)	58/5.	60/20	11,78	9,57	3,59	147,75
Kuskuso kruopų košė pagardinta ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	55/2	70	2,83	3,81	15,73	141,05
Morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrinos sulčių-aliejaus užpilu (augalinis)	80.1	60/4/5	1,58	4,96	7,18	76,69
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>23,1</b>	<b>21,97</b>	<b>51,96</b>	<b>527,27</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	5-5	100	8,36	7,57	45,9	289,12
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	25	0,2	0,09	4,68	19,1
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4,35	3,75	7,05	79,5
<b>Iš viso:</b>			<b>12,91</b>	<b>11,41</b>	<b>57,63</b>	<b>387,72</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45,09</b>	<b>41,15</b>	<b>178,75</b>	<b>1294,23</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
2 savaitė  
Penktadienis



Tvirtinū: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*R. Pojarkova*

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška tiršta ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-52	200/7	6,05	7,93	41,55	262,1
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Trapučiai (kukurūzų arba grikių arba ryžių)	25.1	10	0,71	0,11	7,9	36,5
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	100	0,7	0,4	17,6	76,8
Čiobrelių arbata be cukraus	14-5/2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,62</b>	<b>8,51</b>	<b>70,79</b>	<b>390,68</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-27	150	1,38	1,65	12,16	68,1
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Orkaitėje keptas jūro lydekos maltinukas su morkomis ir sūriu (tausojantis)	18/5	70/17/6	15,22	9,07	10,24	186,36
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	90/3	2,45	3,29	20,34	116,11
Virtų burokėlių, obuolių ir porų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu	2-31	70/9	1,15	3,79	8,76	70,63
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	190/15	0,14	0,02	1,76	7,05
<b>Iš viso:</b>			<b>21,7</b>	<b>18,04</b>	<b>63,66</b>	<b>498,05</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta - plakta varškė su jogurtu ir trintomis braškėmis	6-40/4	100/50/50	18,39	10,99	13,01	223,17
Skrebutis	5.5/14	30	2,28	0,6	15,93	79,8
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>20,67</b>	<b>11,59</b>	<b>28,94</b>	<b>302,97</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49,99</b>	<b>38,14</b>	<b>163,39</b>	<b>1191,7</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
3 savaitė  
Pirmadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*Rita Pojarkova*

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išveiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška penkių rūšių grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	41/2	200/7	6,25	7,98	31,85	224,3
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	150	0,75	0,15	15,3	65,55
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,16</b>	<b>8,2</b>	<b>50,89</b>	<b>305,13</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išveiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaidri kietųjų kviečių makaronų sriuba (tausojantis)	01-03	150	2,4	2,12	14,9	86,48
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	2,04	0,33	15,6	74,7
Garuose virtas kalakutienos maltinukas (tausojantis)	10-2	80	16,64	7,2	7,3	162,26
Kuskuso kruopų košė pagardinta ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	55/2	60	2,43	3,27	13,49	120,9
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	65.1/1	70/5	0,88	4,73	4,87	64,8
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>24,41</b>	<b>17,66</b>	<b>56,35</b>	<b>509,72</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išveiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas keptas orkaitėje su garais (tausojantis)	7-6/2	120	11,96	13,6	2,81	181,25
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	16-2/3	20/4	1,48	3,29	11,1	80,76
Konservuoti žirneliai	2-28	40	1,96	0,08	6,32	25,6
Mandarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	155.1	100	1	0	9	43
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>16,4</b>	<b>16,97</b>	<b>29,23</b>	<b>330,61</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,97</b>	<b>42,83</b>	<b>136,47</b>	<b>1145,46</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
3 savaitė  
Antradienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

*Rita*

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių košė su obuoliais ir cinamonu (tausojantis)	3-95	200	6,14	3,69	28,99	169,55
Natūralus jogurtas	16-26	125	5,5	4,88	5,88	90
Mandarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	155.1	100	1	0	9	43
Kmynų arbata be cukraus	9/2	150	0,4	0,29	1	6,66
<b>Iš viso:</b>			<b>13,04</b>	<b>8,86</b>	<b>44,87</b>	<b>309,21</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-01/2	150	1,83	3,65	11,79	86,82
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Grietinėlėje troškinta vištiena su morkomis (tausojantis)	8.14-0	100	26,43	9,48	3,29	172,82
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-12	90/3	2,37	3,18	19,7	112,44
Švž. agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-14	80/5	0,69	5,1	3,51	60,33
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>32,7</b>	<b>21,64</b>	<b>48,88</b>	<b>482,79</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiška (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba su sviestu (tausojantis)	165.1	150/4	4,3	5,94	20,39	152,38
Naminė mielinė cinamoninė bandelė	106/8	50	2,98	8,38	20,22	169,39
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,28</b>	<b>14,32</b>	<b>40,61</b>	<b>321,77</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>53,02</b>	<b>44,82</b>	<b>134,36</b>	<b>1113,77</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
3 savaitė  
Trečiadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-01/01	150/5	4,08	4,93	25,61	156,55
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Šviesios skrudintos duonos sumuštinis su varškės sūriu ir trintomis braškėmis	6-28/32	30/30/8	7,67	7,55	16,42	165,18
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	100	0,4	0	9,9	40
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>12,31</b>	<b>12,55</b>	<b>55,67</b>	<b>377,01</b>

**Pietūs 12:00 val.**

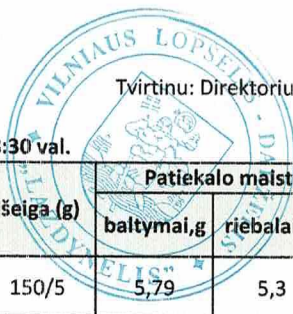
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-68	150	1,51	2,19	9,33	60,72
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Keptas su garais maltos kiaulienos šnicelis (tausojantis)	11-1	80	14,97	12,48	8,12	205,32
Biri grikių košė su sviestu (tausojantis)	3-18/0	80/2	2,93	2,02	18,85	105,2
Daržovių padažas	13-77	20	0,38	2,66	1,72	23,42
Švž. morkų salotos su aliejaus užpilu (augalinis)	2-19/2	70/7	0,73	2,92	8,2	59,84
Švž. paprikų lazdelės	33-15/1	50	0,45	0,1	3,35	14
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>22,35</b>	<b>22,6</b>	<b>60,16</b>	<b>518,88</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	13/2	100	8,5	7,3	44,49	282,19
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	20	0,24	0,06	4,62	19,4
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4,35	3,75	7,05	79,5
<b>Iš viso:</b>			<b>13,25</b>	<b>11,18</b>	<b>59,9</b>	<b>396,37</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,91</b>	<b>46,33</b>	<b>175,73</b>	<b>1292,26</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
3 savaitė  
Ketvirtadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	04-06	150/5	5,79	5,3	37,36	219,3
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	100	1	0	8	35
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4,35	3,75	7,05	79,5
<b>Iš viso:</b>			<b>11,14</b>	<b>9,05</b>	<b>52,41</b>	<b>333,8</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	93/2	150	2,45	3,82	18,68	112,23
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Bulvių plokštainis su kalakutiena	7.14-9.3	150	12,54	6,6	22,81	196,06
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	20	0,48	6	0,62	58,6
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	2-52	100	0,9	0,1	7,58	33
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>17,75</b>	<b>16,75</b>	<b>60,28</b>	<b>450,27</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir obuolių apkepas	6-28/3	150	18,25	11,59	22,17	270,28
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0,16	0,07	3,74	15,28
Grietinė (30 %rieb.)	13-8	20	0,48	6	0,62	58,6
Arbata be cukraus	14-41	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>18,89</b>	<b>17,66</b>	<b>26,53</b>	<b>344,16</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,78</b>	<b>43,46</b>	<b>139,22</b>	<b>1128,23</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva

4-7 M.  
3 savaitė  
Penktadienis



Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rita Pojarkova

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė gardinta pienu ir sviestu (tausojantis)	4-55/02	150/5	4,45	5,68	29,74	181,27
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	15	0,12	0,05	2,81	11,46
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1,44	0,36	27,72	116,4
Vaisinė arbata su citrina	16	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>6,03</b>	<b>6,1</b>	<b>60,46</b>	<b>309,71</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avinžirnių sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	17.95.1	150	5,53	3,4	14,87	111,4
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,4	49,8
Orkaitėje keptas žuvis (lašišos ir lydekos) maltinis (tausojantis)	19-1/1	80	16,25	9,86	6,86	181,39
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	80	2,12	0,3	21,62	97,8
Troškinti burokėliai (tausojantis) (augalinis)	65	70	1,24	1,42	7,31	45,13
Konservuoti kukurūzai	111.1	40	1,16	0,76	4,32	32
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
<b>Iš viso:</b>			<b>27,68</b>	<b>15,97</b>	<b>65,57</b>	<b>518,1</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos bulvės apkeptos konvekciniėje krosnyje, su krapais (tausojantis) (augalinis)	3-03/0	200	4,64	4,67	45,25	230,65
Kefyras 2,5 %rieb.	121	150	4,8	3,75	7,2	81
<b>Iš viso:</b>			<b>9,44</b>	<b>8,42</b>	<b>52,45</b>	<b>311,65</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>43,15</b>	<b>30,49</b>	<b>178,48</b>	<b>1139,46</b>

Maitinimo organizavimo specialistė  
Gintarė Jakovleva