

**Vilniaus rajono Pagirių gimnazijos
Šiltnamių g. 22_Pagiriai**

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų

1 savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (AUG) (T)	10 Sr/134	150	2,19	5,76	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos maltinukas (T)	28 A/186	75	13,75	10,28	14,01	201,26
Biri grikių kruopų košė (T)	7 Gar/322	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Burokėlių salotos su keptais svogūnais (D)	16 S/73	50	0,86	2,57	5,84	44,92
Šviežias agurkas (D)	36/93	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,0
Iš viso:			27,59	25,56	96,54	705,03

1 savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (AUG) (T)	10 Sr/134	150	2,19	5,76	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Mieliniai blynai su uogiene (T)	72A/230	75/75	6,27	7,61	34,50	224,27
Biri grikių kruopų košė (T)	7 Gar/322	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Burokėlių salotos su keptais svogūnais (D)	16 S/73	50	0,86	2,57	5,84	44,92
Šviežias agurkas (D)	36/93	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			20,11	22,89	117,03	728,04

1 savaitė
Antradienis

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (T) (AUG)	13 Sr/137	150	1,73	3,19	9,86	72,99
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Troškinta paukštiena su padažu (T)	29 A/187	75/30	25,50	6,66	5,17	179,14
Biri perlinių kruopų košė	6 GAR/321	100	3,32	4,62	25,11	147,68
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis (D)	53 S/110	50	0,45	4,80	4,19	58,14
Pomidorai (D)	37/94	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			35,76	20,71	78,16	617,49

1 savaitė
Antradienis

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (T) (AUG)	13 Sr/137	150	1,73	3,19	9,86	72,99
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Bulvių plokštainis	46 A/204	100/15	3,43	8,23	24,61	182,99
Biri perlinių kruopų košė	6 GAR/321	100	3,32	4,62	25,11	147,68
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis (D)	53 S/110	50	0,45	4,80	4,19	58,14
Pomidorai (D)	37/94	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			13,69	22,28	97,60	621,34

1 savaitė
Trečiadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais, bulvėmis (T) (AUG)	4 Sr/128	150	1,53	4,94	10,40	88,52
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Virti varškėčiai	82 V/240	150/20	20,60	10,12	33,53	302,83
Jogurtas „Jums“		125	3,2	2,9	5,3	60,00
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			29,59	19,30	81,01	602,39

1 savaitė
Trečiadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais, bulvėmis, (T) (AUG)	4 Sr/128	150	1,39	3,14	10,21	70,94
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos kotletas su sūrių (T)	23 A/181	75	20,76	15,22	2,26	226,54
Bulvių košė su morkomis (D)		100	2,22	3,84	15,30	102,15
Jogurtas „Jums“		125	3,20	2,90	5,30	60,00
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			31,83	26,44	64,85	610,27

1 savaitė
Ketvirtadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių- perlinių kruopų sriuba (T)(AUG)	16 Sr/140	150	3,73	3,37	14,54	95,59
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos-daržovių-plik. ryžių maltinis (T)	62 A/220	150	30,00	17,86	9,45	315,03
Virtos bulvės	1 GAR/316	75	1,61	0,11	14,36	63,90
Marinuoti agurkai (D)	38 S/95	60	0,18	0,12	1,38	6,60
Ridikėlių salotos (D)	58 S/115	40	0,91	0,25	1,79	11,04
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			40,69	23,05	73,30	643,20

1 savaitė
Ketvirtadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (T)(AUG)	16 Sr/140	150	3,73	3,37	14,54	95,59
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Spelta miltų sklindžiai su obuoliais (T)	M003/253	110	7,79	12,50	37,81	294,93
Marinuoti agurkai	38 S/95	60	0,18	0,12	1,38	6,60
Ridikėlių salotos (D)	58 S/115	40	0,91	0,25	1,79	11,04
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Vanduo			0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,33	17,18	86,52	550,24

1 savaitė
Penktadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (T)	27 Sr/151	150	4,37	4,74	10,66	105,12
Lydekos filė maltinis (Ž)	43 A/201	75	13,08	7,76	13,23	174,33
Biri plikytų ryžių kruopų košė	5 Gar/91	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Kopūstų, agurkų, porų salotos (D)	3 S/60	50	0,84	2,62	3,38	36,91
Jogurtas „Jums“		125	3,2	2,9	5,3	60,00
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			26,12	22,88	76,13	611,91

1 savaitė
Penktadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (T)	27 Sr/151	150	4,37	4,74	10,66	105,12
Kepti varškėčiai	83 A/241	150/20	25,76	16,07	24,85	344,40
Biri plikytų ryžių kruopų košė	5 Gar/91	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Kopūstų, agurkų, porų salotos (D)	3 S/60	50	0,84	2,62	3,38	36,91
Jogurtas „Jums“		125	3,20	2,90	5,30	60,00
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			38,80	31,19	87,75	781,98

2 savaitė
Pirmadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bulvėmis (AUG)	26/Sr/130	150	4,95	0,66	17,08	94,06
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas kiaulienos kepsnys su kmynais (T)	17 A/175	75	15,98	10,53	8,71	191,16
Avižinių dribsnių košė	110 GAR/268	100	4,92	4,91	17,57	129,70
Daržovių salotos su paprikomis (D)	5 S/62	100	1,51	9,90	6,06	110,51
Ridikėliai (D)	39/96	50	0,55	0,05	1,95	8,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			32,17	27,39	83,15	684,97

2 savaitė
Pirmadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bulvėmis (AUG)	26/Sr/130	150	4,95	0,66	17,08	94,06
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Varškės apkepas	85A/243	100/15	15,56	11,86	17,09	238,87
Avižinių dribsnių košė	110 GAR/268	100	4,92	4,91	17,57	129,70
Daržovių salotos su paprikomis (D)	5 S/62	100	1,51	9,90	6,06	110,51
Ridikėliai (D)	39/96	50	0,55	0,05	1,95	8,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			31,75	28,72	91,53	732,68

2 savaitė
Antradienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (AUG)(T)	Sr002/123	150	1,42	2,29	11,03	70,37
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Paukštienos kukuliai (T)	35A/193	100	25,42	6,11	4,06	168,97
Bulvių košė su pienu (T)	3 Gar/318	100	3,34	3,82	16,47	108,53
Morkų, obuolių salotos su riešutais ar sėklomis (D)	12 S/69	50	1,51	7,06	5,46	87,99
Žalieji žirneliai (D)	42/99	100	0,76	0,30	13,94	56,00
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			36,71	20,92	82,74	642,90

2 savaitė
Antradienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (AUG)(T)	Sr002/123	150	1,42	2,29	11,03	70,37
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Mieliniai blynai su uogiene	72A/230	75/7	6,27	7,61	34,50	224,27
Bulvių košė su pienu (T)	3 Gar/318	100	3,34	3,82	16,47	108,53
Morkų, obuolių salotos su riešutais ar sėklomis (D)	12 S/69	50	1,51	7,06	5,46	87,99
Žalieji žirneliai (D)	42/99	100	0,76	0,30	13,94	56,00
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			17,56	22,42	113,18	698,20

2 savaitė
Trečiadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (T) (AUG)	20 Sr/144	150	1,47	3,17	8,43	63,27
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos – grikių troškiny (T)	5 A/163	75/75	24,99	19,14	22,75	357,28
Burokėlių salotos su mar. agurkais ir ž. žirneliais (D)	20 S/77	75	1,91	7,11	6,87	91,64
Šviežias agurkas (D)	36 S/93	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Vanduo			0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			32,49	30,46	70,20	659,77

2 savaitė
Trečiadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (T) (AUG)	20 Sr/144	150	1,47	3,17	8,43	63,27
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Virti varškėčiai	82 A/240	150/20	21,28	12,12	34,37	326,83
Burokėlių salotos su mar. agurkais ir ž. žirneliais (D)	20 S/77	75	1,91	7,11	6,87	91,64
Šviežias agurkas (D)	36 S/93	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Vanduo			0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			28,78	23,44	81,82	629,32

2 savaitė
Ketvirtadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir šviežiais kopūstais (T)	3 Sr/127	150	2,36	3,23	9,43	68,23
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas paukštienos kotletas (T)	34 A/192	100	21,23	12,55	9,51	235,04
Biri perlinių kruopų košė	6 Gar/321	100	3,32	4,62	25,11	147,68
Cukinių salotos su riešutais (D)	7 S/64	50	1,31	7,83	3,86	87,56
Brokolių salotos su agurkais (D)	49/106	50	1,83	7,84	2,92	84,84
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			34,31	37,41	82,61	774,39

2 savaitė
Ketvirtadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir šviežiais kopūstais (T)	3 Sr/127	150	2,36	3,23	9,43	68,23
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Bulvių plokštainis	46 A/204	100/15	3,43/0,51	8,23/1,50	24,61/0,63	200,99
Biri perlinių kruopų košė	6 Gar/321	100	3,32	4,62	25,11	147,68
Cukinių salotos su riešutais (D)	7 S/64	50	1,31	7,83	3,86	87,56
Brokolių salotos su agurkais (D)	49/106	50	1,83	7,84	2,92	84,84
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			17,02	34,59	98,34	740,34

2 savaitė
Penktadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška plik. ryžių kruopų sriuba (T)	26 Sr/150	150	3,27	4,54	11,14	96,51
Jūros lydekos kukuliai (T)	5	100	16,50	7,10	4,57	147,39
Bulvių košė su morkomis	13 Gar/328	100	2,34	3,82	16,47	108,53
Raugintų kopūstų salotos su keptais svogūnais (D)	9 S/66	100	0,94	10,04	5,24	111,40
Šviežių pomidorų – morkų rinkinukas (D)	1/221	50/50	0,50	0,10	3,20	15,70
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			24,85	26,30	55,34	544,49

2 savaitė
Penktadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška plik. ryžių kruopų sriuba (T)	26 Sr/150	150	3,27	4,54	11,14	96,51
Virti pilno grūdo makaronai su sūriu	66 A/224	150/20	14,27	12,73	30,95	305,06
Raugintų kopūstų salotos su keptais svogūnais (D)	9 S/66	100	0,94	10,04	5,24	111,40
Šviežių pomidorų – morkų rinkinukas(D)	1/221	50/50	0,50	0,10	3,20	15,70
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			20,28	28,11	65,25	593,63

3 savaitė
Pirmadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (T)(AUG)	1 Sr/125	150	1,55	4,94	10,86	90,07
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos mėsa su makaronais (T)	68 A/226	100/100	35,82	15,93	30,16	411,79
Ridikų salotos su pekino kopūstais, paprika (D)	51 S/108	100	1,07	9,87	7,06	114,46
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			42,70	32,08	79,86	767,36

3 savaitė
Pirmadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (T)(AUG)	1 Sr/125	150	1,55	4,94	10,86	90,07
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Mieliniai blynai su uogiene	72 A/230	150/20	12,47	15,21	69,00	448,53
Ridikų salotos su pekino kopūstais, paprika (D)	51 S/108	100	1,07	9,87	7,06	114,46
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			19,35	31,36	118,70	804,10

3 savaitė
Antradienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (T)(AUG)	9 Sr/133	150	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Troškinta paukštiena (T)	29 A/187	75/30	25,50	6,66	5,17	179,14
Biri perlinių kruopų košė	3 Gar/321	100	2,34	3,82	16,52	108,63
Burokėlių salotos su mar. agurkais ir pupelėmis (D)	21 S/78	100	3,32	7,64	12,91	123,49
Šviežias agurkas (D)	36/93	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			36,95	22,67	74,78	627,16

3 savaitė
Antradienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (T)(AUG)	9 Sr/133	150	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Lietiniai su varškė (P)	74 A/232	150/20	27,60	19,23	62,74	529,45
Burokėlių salotos su mar. agurkais ir pupelėmis (D)	21 S/78	100	3,32	7,64	12,91	123,49
Šviežias agurkas (D)	36/93	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			36,71	31,42	115,83	868,84

3 savaitė
Trečiadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (T)	12 Sr/136	150	1,68	3,20	11,52	78,45
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos kotletas su sūriu (T)	23 A/181	75	20,76	15,22	2,26	226,54
Virtos bulvės	1 Gar/316	75	1,61	0,11	14,36	63,90
Šviežių daržovių salotos su riešutais (D)	8 S/65	100	2,86	15,63	8,93	178,27
Šviežia paprika (D)	40 S/97	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			31,82	35,75	72,15	712,70

3 savaitė
Trečiadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (T)	12 Sr/136	150	1,68	3,20	11,52	78,45
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Varškės ir plik. ryžių apkepas su uogiene	87 A/245	150/20	21,79	16,67	33,41	368,57
Šviežių daržovių salotos su riešutais (D)	8 S/65	100	2,86	15,63	8,93	178,27
Šviežia paprika (D)	40 S/97	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			31,24	37,09	88,94	790,83

3 savaitė
Ketvirtadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (T)(AUG)	7 Sr/131	150	1,43	3,18	8,66	64,28
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Troškiny su kiauliena ir plik. ryžiais (T)	3 A/161	75/75	21,14	4,04	6,05	302,95
Agurkų ir pomidorų salotos su porais (D)	35 S/92	100	0,90	9,55	3,66	98,87
Marinuoti agurkai	23 S/80	50	0,15	0,10	1,15	5,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Vanduo			0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			27,88	18,21	51,30	622,64

3 savaitė
Ketvirtadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (T)(AUG)	7 Sr/131	150	1,43	3,18	8,66	64,28
Viso grūdo ruginė duona	1 Š/331	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kepti varškėčiai su grietine	83 A/241	150/20	26,44	18,07	25,69	368,40
Agurkų ir pomidorų salotos su porais (D)	35 S/92	100	0,90	9,55	3,66	98,87
Marinuoti agurkai	23 S/80	50	0,15	0,10	1,15	5,50
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Vanduo			0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			33,18	32,24	70,94	688,09

3 savaitė
Penktadienis (1)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (T)	26 Sr/150	150	4,14	4,74	12,54	108,06
Jūros lydekos paplotėliai (T)	4 Ž/	100	26,12	9,95	19,30	271,07
Bulvių ir moliūgų košė	12 Gar/327	100	2,11	3,79	13,40	94,49
Brokolių salotos su agurkais ir riešutais (D)	49 S/106	100	3,65	15,68	5,83	169,67
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos (D)	27 S/84	100	1,08	9,70	10,05	127,27
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			38,40	44,56	75,84	835,52

3 savaitė
Penktadienis (2)

Maitinimas 9:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (T)	26 Sr/150	150	4,14	4,74	12,54	108,06
Blynėliai su obuoliais ir grietine	78A/236	150/20	11,97	14,27	54,41	383,84
Brokolių salotos su agurkais ir riešutais (D)	49 S/106	100	3,05	10,91	4,89	123,96
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos (D)	27 S/84	100	1,08	9,70	10,05	127,27
Pienas (P)		100	0,54	0,40	0,78	8,96
Vaisiai (V)		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			21,54	40,32	96,61	808,09