

2 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 8:00- 8:21 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su daržovėmis (augalinis)	102	200	6,64	8,43	34,09	229,41
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Vaisiai		185	2,04	-	42,55	178,36
Iš viso:			8,68	8,43	81,63	427,52

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis		80	12,48	6,32	5,6	129,2
Arbata be cukraus		200	-	-	-	-
Iš viso:			12,48	6,32	5,6	129,2

Pietūs 12:15- 12:43 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta lęšių sriuba	103	150	2,90	4,00	7,64	74,73
Pilno grūdo duona		25	1,5	0,25	12,75	58,50
Troškinta kiaulienos nugarinė su daržovėmis (tausojantis)	73	100	23,30	12,21	8,421	243,37
Troškintos daržovės	46	120	3,72	4,77	14,84	117,17
Švž. agurkai		60	0,48	0,12	1,38	8,52
Iš viso:			31,9	21,35	45,03	502,29

Vakarienė 15:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų miltų blynėliai su obuoliais ir natūraliu jogurtu	84	100/25	5,65	15,13	51,41	365,33
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Iš viso:			5,65	15,13	56,40	385,08
Iš viso (dienos davinio):			58,71	51,23	188,66	1444,09

2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 8:00-8:21 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	75	40	4,92	4,68	0,28	62,91
Kons.žirneliai su grietine	76	84	4,03	3,15	11,73	75,50
Juoda ruginė duona		30	2,31	0,42	15,75	76,02
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Iš viso:			11,26	8,25	32,75	234,18

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižiniai sausainiai		60	4,05	11,67	27,48	232,2
Arbata be cukraus		200	-	-	-	-
Iš viso:			4,05	11,67	27,48	232,2

Pietūs 12:15-12:43 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba (augalinis)	77	150	1,51	2,08	10,98	67,59
Pilno grūdo duona		25	1,5	0,25	12,75	58,50
Konvek.krosnyje keptas maltos žuvies kotletas (tausojantis)	175	90	16,97	7,12	5,14	152,36
Bulvių ir morkų košė	79	130	3,07	3,38	19,51	114,12
Burokėlių salotos su raug. agurkais ir pupelėmis	154	120	5,27	8,24	16,22	144,29
Iš viso:			28,32	21,07	64,6	536,86

Vakarienė 15:45-15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su natūraliu jogurtu	24	160/50	28,97	21,87	44,04	486,03
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Vaisiai		60	0,48	0,12	6,6	29,4
Iš viso:			29,45	21,99	55,63	535,18
Iš viso (dienos davinio):			73,08	62,98	180,46	1538,42

2 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 8:00- 8:21 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių ir grikių kruopų košė su sviestu	1	180/7	8,12	8,66	40,43	273,13
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Vaisiai		120	0,96	0,24	13,20	51,60
Iš viso:			9,08	8,90	58,62	344,48

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Juoda ruginė duona su sviestu ir fermentiniu sūriu	3	49	5,35	9,55	15,05	157,43
Arbata be cukraus		200	-	-	-	-
Iš viso:			5,35	9,55	15,05	157,43

Pietūs 12:15- 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	104	150	6,33	2,48	20,93	118,89
Pilno grūdo duona		23	1,38	0,23	11,73	53,82
Balandėlis pomidorų, sviesto ir grietinės padaže (tausojantis)	5	150/19	15,18	17,32	15,98	271,61
Virtos bulvės	6	100	2,40	0,24	19,56	88,80
Rauginti agurkai		120	1,20	-	2,40	16,80
Iš viso:			26,49	20,27	70,60	549,92

Vakarienė 15:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė	7	140	19,71	11,18	9,93	220,15
Konservuoti persikai		60	0,24	-	8,52	36,6
Grūdų paplotėliai („Duoniukai“)		30	3,33	0,63	25,92	114,60
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Iš viso:			23,28	11,81	49,36	391,1
Iš viso (dienos davinio):			64,2	50,53	193,63	1442,93

2 savaitė
Ketvirtadienis



Birektorė
Vitalija Viškauskienė

2022.10.03

Pusryčiai 8:00- 8:21 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su daržovėmis (augalinis)	105	200	5,47	8,07	35,75	231,21
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Sumuštinis su tepamu sūriu	155	50	4,08	4,78	16,30	123,60
Iš viso:			9,55	12,85	57,04	374,56

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai (bananas)		180	2,34	0,54	43,74	183,42
Iš viso:			2,34	0,54	43,74	183,42

Pietūs 12:15- 12:43 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronų sriuba su vištiena	91	150	7,09	2,72	14,64	108,29
Pilno grūdo duona		23	1,38	0,23	11,73	54,51
Konvekinėje krosnelėje keptas vištienos maltinukas (tausojojantis)	10	100	20,18	18,34	3,43	258,97
Morkų salotos su alyvuogių aliejumi ir moliūgų sėklomis	11	80	2,14	6,82	6,94	90,62
Pupelių, porų ir obuolių salotos	156	75	4,47	6,03	13,19	116,60
Iš viso:			35,26	34,14	49,93	628,99

Vakarienė 5:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynėliai su varške, natūraliu jogurtu	106 A	130/50	18,40	14,778	39,838	374,88
Arbata		200	-	-	4,99	19,75
Iš viso:			18,40	14,778	44,83	394,63
Iš viso (dienos davinio):			65,55	62,31	195,54	1581,6

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 8:00- 8:21 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų avižinė košė su bananais (augalinis)	87	200	7,05	7,21	49,55	279,32
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Kukurūzų trapučiai		25	2,10	0,60	20,50	92,25
Iš viso:			9,15	7,81	75,04	391,32

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		200	1,6	0,4	22	86
Plėšomos sūrio „Pik Nik“ lazdelės		40	5,72	5,08	6,12	93,08
Arbata be cukraus		200	-	-	-	-
Iš viso:			7,32	5,48	28,12	179,08

Pietūs 12:15- 12:43 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grietine	14	150	1,91	2,98	10,18	67,58
Pilno grūdo duona		23	1,38	0,23	11,73	53,82
Povas su vištiena ir padažu (tausojantis)	107	115/60/19	22,62	17,25	30,37	364,98
*Rauginti agurkai		100	1,00	-	2,00	14,00
Iš viso:			26,91	20,46	54,28	500,38

Vakarienė 15:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
„Piemenėlių“ kiaušiniene	17	100	10,63	12,41	14,09	211,56
Juoda ruginė duona su sviestu	18	42	2,60	7,90	17,40	138,90
Švieži agurkai		60	0,48	0,12	1,38	8,52
Arbata	2	200	-	-	4,99	19,75
Iš viso:			13,71	20,43	37,86	378,73
Iš viso (dienos davinio):			57,09	54,18	195,3	1449,51

*Sezono metu gali būti tiekiamos šviežios daržovės