

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:00- 8:21 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (augalinis)	13	160	4,84	8,32	25,63	188,63
Džiovinti vaisiai arba	13	18	-	-	14,40	60,01
Uogos		18	0,02	0,01	0,17	0,83
Arbata	2	180	-	-	3,99	15,80
Plėšomos sūrio „Pik Nik“ lazdelės		20	2,86	2,54	3,06	46,54
Iš viso su džiovintais vaisiais:			7,70	10,86	47,08	310,98
Iš viso su švž. uogomis:			7,72	10,87	32,85	251,80

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		200	1,60	0,40	22,00	86,00
Ekologiškas jogurtas		125	5,50	4,88	5,88	90,00
Iš viso:			7,10	5,28	27,88	176,00

Pietūs 12:15- 12:43 val.

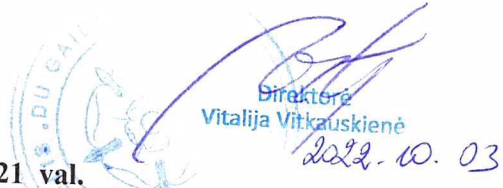
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su grietine	145	100/3	1,60	2,11	10,61	64,16
Pilno grūdo duona		20	1,20	0,20	10,20	46,80
Konvek.krosnyje keptas kiaulienos su ryžiais kukulis (tausojantis)	49	75	15,27	8,28	5,52	157,66
Virtos bulvės	6	80	2,00	0,20	16,30	74,00
* Raugintų kopūstų salotos	16	84	0,87	5,98	1,73	64,43
Iš viso:			20,94	16,77	44,36	407,05

Vakarienė 15:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su natūraliu jogurtu (tausojantis)	50	125/35	21,32	13,43	23,17	301,29
Arbata	2	180	-	-	3,99	15,80
Iš viso:			21,32	13,43	27,16	317,09
Iš viso (dienos davinio):			57,08	46,35	132,25	1151,94

*Sezono metu gali būti keičiama šviežiomis daržovėmis.

1 savaitė
Antradienis


 Direktoriaus
 Vitalija Vitkauskienė
 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	
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis)	32	160/6	6,49	7,54	27,24	200,39
Arbata	2	180	-	-	3,99	15,80
Geriamas ekologiškas jogurtas		165	4,62	3,47	13,86	107,25
Iš viso:			11,11	11,01	45,09	323,44

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 (bananai)		180	2,16	0,54	41,58	177,30
Iš viso:			2,16	0,54	41,58	177,30

Pietūs 12:15- 12:43 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių sriuba (augalinis)	51	100	4,74	1,28	15,42	83,72
Pilno grūdo duona		20	1,20	0,20	10,20	46,80
Vištienos šlaunelių mėsos guliašas (tausojantis)	116	70	11,09	8,66	1,32	125,88
Morkų salotos su moliūgų sėklomis ir alyv.aliejumi	11	65	1,8	5,36	5,93	73,09
Pekino kopūstų salotos su aliejumi	54	93	0,96	3,04	3,40	43,00
Iš viso:			19,79	18,54	36,27	372,49

Vakarienė 15:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su varške, grietinė (tausojantis)	170	160/15	11,60	9,60	49,00	325,27
Arbata	2	180	-	-	3,99	15,80
Iš viso:			11,60	9,60	52,99	341,07
Iš viso (dienos davinio):			44,66	39,69	175,93	1214,3

1 savaitė
Trečiadienis



2022. 10. 03
Direktoriė
Vitalija Vitkauskienė

Pusryčiai 8:00- 8:21 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su cinamonu	57	160	6,57	6,93	31,19	213,41
Arbata	2	180	-	-	-	-
Vaisiai		65	0,72	-	14,95	62,68
Iš viso:			7,29	6,93	46,14	276,09

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Traputis ir ekologiškas varškės sūris		15/25	5,81	5,86	13,25	127,10
Arbata be cukraus		180	-	-	-	-
Iš viso:			5,81	5,86	13,25	127,10

Pietūs 12:15- 12:43 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis)	44	100	1,08	1,11	5,40	31,99
Pilno grūdo duona		20	1,2	0,2	10,2	46,80
Jautienos guliašas (tausojantis)	144	70	21,25	19,20	4,14	269,52
Virtos bulvės	6	80	2	0,2	16,30	74
Švž. pomidorų salotos su špinatais	150	90	1,13	6,17	5,02	78,97
Iš viso:			26,66	26,88	41,06	501,28

Vakarienė 15:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų troškiny su vištienos filė (tausojantis)	173	70/70	18,81	8,56	21,26	237,3
Arbata be cukraus		180	-	-	-	-
Keptas pilno grūdo duonos ir obuolių skrebutis	151	65	1,72	2,89	20,78	112,51
Iš viso:			10,33	4,78	72,05	349,91
Iš viso (dienos davinio):			50,09	44,45	172,50	1254,38

1 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 8:00- 8:21 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su alyv.aliejumi (augalinis)	129	160	3,563	6,42	35,112	214,53
Arbata su citrina	62	180	0,04	0,02	5,54	21,61
Vaisiai		90	0,72	0,18	9,9	38,7
Iš viso:			4,32	6,62	50,55	274,84

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių braunis	161	60	5,09	15,70	27,54	257,32
Arbata be cukraus		180	-	-	-	-
Iš viso:			5,09	15,70	27,54	257,32

Pietūs 12:15- 12:43 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis)	63	100	1,20	1,96	6,83	46,84
Konvek.krosnyje kepta lašišos filė (tausojantis)	210	70	25,12	29,16	0,88	366,03
Troškintos daržovės	46	90	2,21	2,23	8,81	63,44
Iš viso:			28,53	33,35	16,52	476,31

Vakarienė 15:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	25	75	8,80	9,00	11,22	159,98
Švž. agurkai		50	0,40	0,10	1,15	5,50
Juoda ruginė duona		25	1,93	0,35	13,1	63,28
Arbata su citrina	62	180	0,04	0,02	5,54	21,61
Iš viso:			11,17	9,47	31,01	250,37
Iš viso (dienos davinio):			49,11	65,14	125,62	1258,84

1 savaitė
Penktadienis



Direktore
Vitalija Vitkauskienė
2022. 10. 03

Pusryčiai 8:00- 8:21 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su vaniliniu padažu	71	160/15	5,09	5,66	34,25	211,47
Kakava	56	180	2,93	2,21	9,36	67,7
Ryžių traputis		10	0,84	0,24	8,20	36,90
Iš viso:			8,86	8,11	51,81	316,07

Priešpiečiai 10:00- 10:12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisiai		85	0,68	0,17	9,35	36,55
Ekologiškas jogurtas		125	5,50	4,88	5,88	90,0
Iš viso:			6,18	5,05	15,23	126,55

Pietūs 12:15- 12:43 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis)	68	100	3,37	1,25	11,08	60,37
Pilno grūdo duona		20	1,2	0,2	10,20	46,80
Vištienos šlaunelių mėsos guliašas su daržovėmis (tausojantis)	69	80	20,65	8,46	3,69	171,17
Sorų kruopų košė su morkomis	90	100	3,41	2,45	20,45	113,93
Švž. agurkų ir pomidorų salotos	35	105	0,96	3,20	3,22	40,80
Iš viso:			29,59	15,56	48,64	433,07

Vakarienė 15:45- 15:59 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškės kukuliai su grietine (tausojantis)	70	120/10	16,85	12,50	30,85	301,28
Arbata	2	180	-	-	3,99	15,80
Iš viso:			16,85	12,50	34,84	317,08
Iš viso (dienos davinio):			61,48	41,22	150,52	1192,77