

Direktorius
Vladimiras Kečlachas

Direktorė
Vida Šarauskienė



ŠIAULIŲ VINCO KUDIRKOS PROGIMNAZIJA

Dvaro g. 129, Šiauliai

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

15 DIENŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

6-10 m., 11 m. ir vyresniems vaikams

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Valgiaraštį parengė maisto technologė

Aldona Bičiušienė, tel. nr. 8 686 16994

2025 m.

Pirmadienis (1 sav.) 6-10 m.**Pusryčiai 8.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	95A	200	7.97	7.07	37.85	251.60
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			15.17	12.32	53.15	389.10

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pertrinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	150	2.43	5.75	12.91	104.80
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	50/30	14.90	11.31	5.05	178.84
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50	3.07	2.76	16.78	102.33
Morkų, obuolių, porų salotos	14S	50	0.45	4.82	4.88	60.39
Iš viso:			23.81	25.28	56.68	532.44

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	150	20.60	10.12	33.53	302.83
Sviesto-grietinės (10%) padažas	7P	30	1.07	11.00	3.49	116.20
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.67	21.12	37.02	419.03
Iš viso (dienos davinio):			62.17	59.32	174.73	1452.57

Pusryčiai 8.00 val. 11-14 m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	95A	200	7.97	7.07	37.85	251.60
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			15.17	12.32	53.15	389.10

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pertrinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	250	4.04	9.59	21.51	174.67
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	75/45	22.35	16.96	7.57	268.27
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50	3.07	2.76	16.78	102.33
Morkų, obuolių, porų salotos	14S	75	0.68	7.22	7.32	90.58
Iš viso:			33.10	37.17	70.24	721.93

Direktorius
Vladimiras Keclachas
Direktorė
Vida Sarauskienė

Antradienis (1 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	91A	120	10.93	14.32	6.66	217.39
Agurkai	36S	50	0.40	0.10	1.15	5.50
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	2Š	1v/10	3.03	8.90	17.14	160.48
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			14.91	23.45	27.64	394.04

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis	17S	150	3.95	3.24	14.25	96.21
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Kepta paukštiesienos file (tausojantis)	30A	75	18.38	5.28	6.62	147.79
Biri nešlifotų ryžių kruopų košė	5Gar	75	2.04	3.53	21.71	122.82
Kopūstų, pomidorų, morkų salotos su aliejaus padažu	6S	75	1.01	3.89	4.61	51.47
Iš viso:			28.34	16.58	64.25	504.37

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150	22.58	15.55	24.70	331.31
Uogienė	19P	40	0.12		28.36	108.40
Nesaldinta ramunelių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.70	15.55	53.06	439.71
Iš viso (dienos davinio):			67.47	56.18	172.83	1450.12

Pusryčiai 8.00 val. 11-14 m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	91A	120	10.93	14.32	6.66	217.39
Agurkai	36S	50	0.40	0.10	1.15	5.50
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	2Š	1v/10	3.03	8.90	17.14	160.48
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Traputis su sūriu	2G	1v/15	7.07	5.04	8.22	105.00
Iš viso:			21.98	28.49	35.86	499.04

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis	17S	250	6.07	5.50	24.36	155.95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Kepta paukštiesienos file (tausojantis)	30A	100	24.50	7.04	8.82	197.05
Biri nešlifotų ryžių kruopų košė	5Gar	100	2.72	4.70	28.95	163.76
Kopūstų, pomidorų, morkų salotos su aliejaus padažu	6S	100	1.36	5.20	6.20	68.98
Iš viso:			37.61	23.08	85.39	671.82

Trečiadienis (1 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	110A	150	7.39	7.37	26.34	194.55
Įvairios uogos	17D	40	0.32	0.20	4.40	20.40
Traputis su sūriu	8Š	1v/20	9.14	6.64	8.22	127.70
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			16.90	14.24	39.60	344.82

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis(augalinis,tausojant.	12Sr	150	1.68	3.20	11.52	78,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis(tausojantis)	62A	100	20.00	11.91	6.30	210.02
Bulvių košė su pienu	3Gar	100	2.35	3.82	16.47	108.53
Burokėlių salotos, ž. žirnėliai, mar.agurkai, al.padažas	20S	100	2.53	9.48	9.17	122.19
Iš viso:			29.52	29.05	60.52	526.82

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Blynėliai su obuoliais(tausojantis)	79A	150	11.26	12.27	53.57	359.84
Saldus grietinės padažas	8P	30	0.41	4.59	11.32	86.29
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			11.72	16.89	65.53	448.30
Iš viso (dienos davinio):			59.66	60.78	193.53	1431.94

Pusryčiai 8.00 val. 11-14 m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	110A	200	9.85	9.83	35.13	259.40
Įvairios uogos	17D	40	0.32	0.20	4.40	20.40
Traputis su sūriu	8Š	1v/20	9.14	6.64	8.22	127.70
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			19.36	16.70	48.39	409.67

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis(augalinis,tausojant.	12Sr	250	2.81	5.34	19.21	130.75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis(tausojantis)	62A	100	20.00	11.91	6.30	210.02
Bulvių košė su pienu	3Gar	100	2.35	3.82	16.47	108.53
Burokėlių salotos, ž. žirnėliai, mar.agurkai, al.padažas	20S	100	2.53	9.48	9.17	122.19
Iš viso:			30.65	31.19	68.21	657.57

Ketvirtadienis (1 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	101A	200	8.06	3.15	57.50	264.19
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			15.26	8.40	72.80	401.69

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis (augalinis,tausojantis)	2S	150	2.69	3.23	13.64	87.44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Kalakutienos troškiny su nešlifuotiiais ryžiais (tausojantis)	3A	75/75	22.50	11.88	20.66	272.08
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Mar. agurkai	38S	50	1.40	0.10	0.65	8.00
Iš viso:			30.05	15.95	54.06	462.10

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtų buvių-varškės kukuliai(tausojantis)	57A	200	15.43	12.87	50.69	377.46
Grietinė 30%	17P	20	0.48	6.00	0.62	58.60
Nesaldinta mėtų arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.91	18.87	51.31	436.06
Iš viso (dienos davinio):			62.74	43.82	206.05	1411.85

Pusryčiai 8.00 val. 11-14 m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	101A	200	8.06	3.15	57.50	264.19
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			15.26	8.40	72.80	401.69

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis (augalinis,tausojantis)	2S	250	4.48	5.39	22.74	145.73
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Kalakutienos troškiny su nešlifuotiiais ryžiais (tausojantis)	3A	100/100	30.00	15.85	27.55	362.77
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Mar. agurkai	38S	50	1.40	0.10	0.65	8.00
Iš viso:			39.34	22.08	70.05	611.08

Penktadienis (1 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	97A	200	9.86	4.12	40.12	234.05
Traputis	8Š	20	1.84	1.12	13.12	72.80
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			18.50	10.24	63.04	418.85

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17S	150	3.64	3.30	14.61	93.57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Žuvies kepsnys(tausojantis)	38A	75	14.51	5.99	4.05	130.27
Bulvių košė su pienu	3Gar	75	1.74	2.87	12.32	81.14
Burokėlių salotos	17S	100	1.56	4.68	10.58	82.19
Iš viso:			24.41	17.48	58.62	473.25

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti kiaušiniai		80	9.84	9.36	0.56	125.60
Pilno grūdo duona su sviestu	2Š	1,5vnt/15	4.55	13.35	25.71	240.72
Ž. žirnių salotos su svogūnais, majonezu	42S	100	4.01	3.45	14.04	86.65
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.40	26.16	40.31	452.97
Iš viso (dienos davinio):			62.83	54.48	189.85	1457.07

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	97A	200	9.86	4.12	40.12	234.05
Traputis	8Š	20	1.84	1.12	13.12	72.80
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			18.50	10.24	63.04	418.85

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17S	250	6.07	5.50	24.36	155.95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Žuvies kepsnys(tausojantis)	38A	100	19.35	7.99	5.40	173.69
Bulvių košė su pienu	3Gar	100	2.35	3.82	16.47	108.53
Burokėlių salotos	17S	100	1.56	4.68	10.58	82.19
Iš viso:			32.29	22.63	73.87	606.44

Directorius
Vladimiras Kezlas

Direktorė
Vida Šarauskienė

Pirmadienis (2 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	109A	200	7.84	7.86	32.00	234.00
Uogienė	19P	40	0.12		28.36	108.40
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			14.76	12.86	70.16	454.40

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	150	1.73	3.19	9.86	72.99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Kiaulienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	75/75	23.26	15.02	20.35	302.95
Paprika	40S	50	0.65	0.25	3.30	14.50
Morkų, obuolių, porų salotos su al.padažu	14S	50	0.43	4.81	4.83	60.03
Iš viso:			29.03	23.79	58.86	537.27

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės apkepą (tausojantis)	85A	150	22.58	15.55	24.70	331.31
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Nesaldinta mėtų arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.98	15.80	30.20	356.81
Iš viso (dienos davinio):			68.29	53.05	187.10	1460.48

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	109A	200	7.84	7.86	32.00	234.00
Uogienė	19P	40	0.12		28.36	108.40
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			14.76	12.86	70.16	454.40

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	250	2.51	5.26	16.05	114.45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Kiaulienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	100/100	33.69	22.87	27.44	439.35
Paprika	40S	50	0.65	0.25	3.30	14.50
Morkų, obuolių, porų salotos su al.padažu	14S	50	0.43	4.81	4.83	60.03
Iš viso:			40.24	33.71	72.14	715.13

Direktorius
Vladimiras Kečlas

Direktorė
Vida Šarauskienė

Antradienis (2 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta varškė su uogomis, jogurtu	4D	120/60/20	15.56	10.67	12.51	209.85
Traputis su sūriu	8Š	1v/20	9.14	6.64	8.22	127.70
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			24.70	17.31	20.73	337.55

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	150	3.59	3.26	14.39	94.77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Maltos paukštienos šlaunelių kepsnys (tausojantis)	34A	75	16.35	9.54	7.13	179.36
Virti lęšiai	14Gar	75	9.59	0.44	21.11	118.33
Kopūstų, obuolių, morkų salotos, aliejaus padažas	4S	75	1.10	3.93	6.03	57.43
Iš viso:			33.58	17.69	69.18	536.69

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	91A	120	10.93	14.32	6.66	217.39
Agurkai	36S	50	0.40	0.10	1.15	5.50
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	2Š	1,5vnt/15	4.55	13.35	25.71	240.72
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			16.43	27.90	36.21	474.28
Iš viso (dienos davinio):			76.23	63.50	154.00	1460.52

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta varškė su uogomis, jogurtu	4D	120/60/20	15.56	10.67	12.51	209.85
Traputis su sūriu	8Š	2v/40	18.28	13.28	16.44	255.40
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			33.84	23.95	28.95	465.25

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	250	6.07	5.05	24.36	155.95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Maltos paukštienos šlaunelių kepsnys (tausojantis)	34A	100	21.80	12.72	9.51	239.14
Virti lęšiai	14Gar	75	9.59	0.44	21.11	118.33
Kopūstų, obuolių, morkų salotos, aliejaus padažas	4S	100	1.46	5.24	8.05	76.58
Iš viso:			41.88	23.97	83.55	676.80

Direktorius
Vladimiras Keclachas

Direktorė
Vida Šarauskienė

Direktorius
Vladimiras Kečlachas

Direktorė
Vida Sarauskienė

Trečiadienis (2 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	101A	200	8.06	3.15	57.50	264.19
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Arbatiniai sausainiai		30	2.46	3.84	21.72	132.60
Erškėtrožių arbata su citrina(nesaldinta)	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			10.97	7.27	85.36	424.46

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šv.kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis,tausojantis)	7Sr	150	1.43	3.18	8.66	64.28
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	50/30	14.90	11.31	5.05	178.84
Biri perlių kruopų košė	6Gar	50	1.66	2.31	12.55	73.84
Burokėlių salotos su mar.agurkais,pupelėmis ,al. padažu	21S	75	2.41	9.11	9.76	121.43
Iš viso:			23.36	26.43	56.54	525.19

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bylnėliai su varške(tausojantis)	76A	120	13.02	12.46	43.43	356.17
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Nesaldinta ramunelių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.42	12.71	48.93	381.67
Iš viso (dienos davinio):			49.27	47.01	218.71	1443.32

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	101A	200	8.06	3.15	57.50	264.19
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Arbatiniai sausainiai		30	2.46	3.84	21.72	132.60
Erškėtrožių arbata su citrina(nesaldinta)	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			10.97	7.27	85.36	424.46

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šv.kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis,tausojantis)	7Sr	250	2.38	5.31	14.43	107.13
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	75/45	22.35	16.96	7.57	268.27
Biri perlių kruopų košė	6Gar	75	2.41	9.11	9.76	121.43
Burokėlių salotos su mar.agurkais,pupelėmis ,al. padažu	21S	75	2.41	9.11	9.76	121.43
Iš viso:			32.51	41.02	62.04	705.07

Ketvirtadienis (2 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta miežinių kruopų košė (tausojantis)	98A	200	8.01	7.20	36.49	234.88
Sviesto-grietinės(30%) padažas	5P	30	0.63	15.81	1.02	148.41
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.64	23.01	37.51	383.29

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	1Sr	150	1.41	3.14	10.67	72.49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Keptos vištienos blauzdelės (tausojantis)	31A	75	18.33	12.50	0.51	190.29
Biri ryžių kruopų košė	5Gar	75	2.04	3.53	21.71	122.82
Paprika	40S	25	0.33	0.13	1.65	5.44
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, svogūnais, al. padažu	2S	50	0.69	2.60	2.57	32.76
Iš viso:			25.76	22.42	57.63	510.60

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtų buvių-varškės kukuliai(tausojantis)	57A	200	15.43	12.87	50.69	377.46
Sviesto-grietinės(30%) padažas	5P	20	0.42	10.54	0.68	98.94
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			15.90	23.44	52.01	478.57
Iš viso (dienos davinio):			51.82	69.47	175.03	1484.46

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta miežinių kruopų košė (tausojantis)	98A	200	8.01	7.20	36.49	234.88
Sviesto-grietinės(30%) padažas	5P	30	0.63	15.81	1.02	148.41
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.64	23.01	37.51	383.29

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	1Sr	250	2.36	5.24	17.79	72.49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Keptos vištienos blauzdelės (tausojantis)	31A	100	24.44	16.66	0.69	253.72
Biri ryžių kruopų košė	5Gar	100	2.72	4.70	28.95	163.76
Paprika	40S	50	0.65	0.25	3.30	14.50
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, svogūnais, al. padažu	2S	50	0.69	2.60	2.57	32.76
Iš viso:			33.82	29.97	73.82	624.03

Direktorius
Vladimiras Keblachas

Direktorė
Vida Šarauskienė

Direktorius
Vladimiras Keplachas

Direktorė
Vida Šarauskienė

Penktadienis (2 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Biri perlinių kruopų košė (augalinis,tausojantis)	104A	200	6.70	1.27	50.73	226.99
Sviesto-grietinės(30%) padažas	5P	30	0.63	15.81	1.02	148.41
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.33	17.08	51.75	375.40

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Špinatų sriuba su bulvėmis(augalinis,tausojantis)	11Sr	150	1.57	3.19	9.64	70.30
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	75	14.51	5.99	4.05	130.27
Bulvių košė su pienu	3Gar	75	1.74	2.87	12.32	81.14
Burokėlių salotos, ž. žirneliai, mar.agurkai, al.aliejaus padažas	20S	75	1.90	7.11	6.88	91.64
Iš viso:			22.68	19.68	53.40	460.15

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti kiaušiniai		80	9.84	9.36	0.56	125.60
Pilno grūdo duona su sviestu	2Š	1,5vnt/15	4.55	13.35	25.71	240.72
Ž. žirnelių salotos su svogūnais,majonezu	42S	100	4.01	3.45	14.04	86.65
Juodoji arbata su citrina(nesaldinta)	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Traputis su sūriu	8Š	1v/20	9.14	6.64	8.22	127.70
Iš viso:			18.40	26.16	40.31	452.97
Iš viso (dienos davinio):			49.92	63.52	173.34	1400.52

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Biri perlinių kruopų košė (augalinis,tausojantis)	104A	200	6.70	1.27	50.73	226.99
Sviesto-grietinės(30%) padažas	5P	30	0.63	15.81	1.02	148.41
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.33	17.08	51.75	375.40

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis,tausojantis)	11Sr	250	2.61	5.32	16.07	117.17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	100	19.35	7.99	5.40	173.69
Bulvių košė su pienu	3Gar	100	2.34	3.82	16.47	108.53
Burokėlių salotos, ž. žirneliai, mar.agurkai, al.aliejaus padažas	20S	100	2.53	9.48	9.17	122.19
Iš viso:			29.79	27.13	67.63	608.38

Pirmadienis (3 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta manų kruopų košė (tausojojantis)	95A	200	7.97	7.07	37.85	251.60
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			15.17	12.32	53.15	389.10

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių(leşių) sriuba su bulvėmis(augalinis,tausojojantis)	17S	150	3.95	3.24	14.25	96.21
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Maltos mėsos kepsnys(kiauliena,tausojojantis)	15A	60	13.00	8.99	6.56	157.78
Biri grikių kruopų košė	7Gar	60	3.67	3.31	20.10	122.58
Kopūstų salotos su agurkais,pomidorais,svogūnais,al. padažu	2S	75	1.10	3.90	3.70	48.77
Iš viso:			24.68	19.96	65.13	512.14

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėčiai (tausojojantis)	82A	150	20.60	10.12	33.53	302.83
Sviesto-grietinės (10%) padažas	5P	30	0.81	12.10	1.22	116.34
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.41	22.22	34.75	419.17
Iš viso (dienos davinio):			62.78	55.10	180.91	1432.41

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta manų kruopų košė (tausojojantis)	95A	200	7.97	7.07	37.85	251.60
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Pienas 2,5%		200	6.80	5.00	9.80	112.00
Iš viso:			15.17	12.32	53.15	389.10

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių(leşių) sriuba su bulvėmis(augalinis,tausojojantis)	17S	250	6.59	5.40	23.76	160.35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.52	20.52	86.80
Maltos mėsos kepsnys(kiauliena,tausojojantis)	15A	75	16.25	11.24	8.20	197.22
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75	4.60	4.13	25.16	153.49
Kopūstų salotos su agurkais,pomidorais,svogūnais,al. padažu	2S	75	1.10	3.90	3.70	48.77
Iš viso:			31.49	25.19	81.34	646.63

Direktorius
Vladimiras Kečuchas

Direktorė
Vida Šarauskienė

Antradienis (3 sav.) 6-10 m.**Pusryčiai 8.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta ryžių dribsnių kruopų košė(tausojantis)	110	200	7.21	7.36	39.93	255.00
Uogienė	19P	40	0.12		28.36	108.40
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			7.38	7.39	68.93	365.57

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	150	1.73	3.19	9.86	72.99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Virti makaronais su paukštiesienos šl.mėsa(tausojantis)	68A	75/75	22.22	10.98	26.73	315.77
Agurkai	36S	50	0.40	0.10	1.15	5.50
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Iš viso:			27.81	15.01	56.85	488.84

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Blynėliai su bananais (tausojantis)	79A	150	11.57	12.24	57.11	374.36
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	30	0.57	1.53	11.49	59.82
Nesaldinta čiobrelų arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.14	13.77	68.60	434.18
Iš viso (dienos davinio):			48.85	36.77	222.26	1400.59

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta ryžių dribsnių kruopų košė(tausojantis)	110	200	7.21	7.36	39.93	255.00
Uogienė	19P	40	0.12		28.36	108.40
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			7.38	7.39	68.93	365.57

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	250	2.51	5.26	16.05	114.45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Virti makaronais su paukštiesienos šl.mėsa(tausojantis)	68A	100/100	29.63	14.64	35.64	421.03
Agurkai	36S	50	0.40	0.10	1.15	5.50
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Iš viso:			36.00	20.74	71.95	635.56

Direktorius
Vladimiras Keckichas

Direktorė
Vida Šarauskienė

Direktorius
Vladimiras Keckachas

Direktorė
Vida Sarauskienė

Trečiadienis (3 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas(tausojantis)	91A	120	10.93	14.32	6.66	217.39
Sumuštinis su sviestu(viso grūdo duona)	2Š	1v/10	3.03	8.90	17.14	160.48
Agurkai	36S	50	0.40	0.10	1.15	5.50
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			14.91	23.45	27.64	394.04

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis (augalinis,tausojantis)	2S	150	2.69	3.23	13.64	87.44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Kalakutienos troškiny su nešlifuoti ryžiais (tausojantis)	3A	75/75	22.50	11.88	20.66	272.08
Kopūstų, pomidorų, morkų salotos su aliejaus padažu	6S	75	1.01	3.89	4.61	51.47
Iš viso:			29.16	19.64	55.97	497.07

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	101A	200	8.06	3.15	57.50	260.63
Įvairios uogos	17D	50	0.40	0.25	5.50	25.50
Pienas 2,5%		200	5.10	56.80	9.80	112.00
Iš viso:			13.56	60.20	72.80	398.13
Iš viso (dienos davinio):			59.15	103.89	184.29	1401.23

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas(tausojantis)	91A	120	10.93	14.32	6.66	217.39
Sumuštinis su sviestu(viso grūdo duona)	2Š	1v/10	3.03	8.90	17.14	160.48
Agurkai	36S	50	0.40	0.10	1.15	5.50
Pomidorai	37S	50	0.50	0.10	2.05	8.50
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0.05	0.03	0.64	2.17
Iš viso:			14.91	23.45	27.64	394.04

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis (augalinis,tausojantis)	2S	250	4.48	5.39	22.74	145.73
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Kalakutienos troškiny su nešlifuoti ryžiais (tausojantis)	3A	100/100	30.00	15.85	27.55	362.77
Kopūstų, pomidorų, morkų salotos su aliejaus padažu	6S	100	1.36	5.20	6.20	68.98
Iš viso:			38.80	27.08	73.55	663.56

Direktorius
Vladimiras Keclachas

Direktorė
Vida Štarauskienė

Ketvirtadienis (3 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kviečių kruopų dribsnių košė (tausojantis)	112A	200	8.62	6.90	37.24	245.44
Uogienė	19P	40	0.12		28.36	108.40
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.74	6.90	65.60	353.84

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais(augalinis, tausojantis)	23S	150	1.06	3.27	9.33	66.84
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	75	14.51	5.99	4.05	130.27
Biri nešlifotų ryžių kruopų košė	5Gar	75	2.04	3.53	21.71	122.82
Žali žirneliai	41S	50	2.45	0.10	7.90	32.00
Burokėlių salotos	17S	50	0.78	2.34	5.30	41.10
Iš viso:			23.80	15.87	65.35	479.11

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kepti varškėčiai (tausojantis)	83A	150	12.11	12.35	56.00	378.32
Saldus grietinės padažas	8P	30	0.71	4.59	11.32	57.53
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.82	16.94	67.32	435.85
Iš viso (dienos davinio):			46.88	40.30	226.15	1380.80

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kviečių kruopų dribsnių košė (tausojantis)	112A	200	8.62	6.90	37.24	245.44
Uogienė	19P	50	0.15		35.45	135.50
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.77	6.90	72.69	380.94

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais(augalinis, tausojantis)	23S	250	1.77	5.45	15.55	111.40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	100	19.35	7.99	5.40	173.69
Biri nešlifotų ryžių kruopų košė	5Gar	100	2.72	4.70	28.95	163.76
Žali žirneliai	41S	50	2.45	0.10	7.90	32.00
Burokėlių salotos	17S	50	0.78	2.34	5.30	41.10
Iš viso:			30.03	21.22	80.16	608.03

Direktorius
Vladimiras Keclachas

Direktorė
Vida Šarauskienė

Penktadienis (3 sav.) 6-10 m.

Pusryčiai 8.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	97A	200	9.86	4.12	40.12	234.05
Jogurtas "Jums"		125	3.63	3.13	11.38	88.75
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Traputis	8Š	20	1.84	1.12	13.12	72.80
Iš viso:			15.33	8.37	64.62	395.60

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (augalinis,tausojantis)	10Sr	150	1.31	3.26	9.98	70.66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Bulvių plokštainis su kiauliena	45A	150	15.08	15.81	27.70	309.39
Grietinė 30%	15P	30	1.02	3.00	1.26	36.00
Iš viso:			20.37	22.71	56.00	502.13

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27Sr	250	7.29	7.90	17.77	175.20
Apkepti sumuštiniai su sūriu (balta duona)	10Š	40/20	10.73	17.62	13.70	257.99
Nesaldinta mėtų arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.02	25.52	31.47	433.19
Iš viso (dienos davinio):			55.24	57.20	179.97	1442.92

Pusryčiai 8.00 val. 11-14m.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	97A	200	9.86	4.12	40.12	234.05
Jogurtas "Jums"		125	3.63	3.13	11.38	88.75
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Traputis	8Š	20	1.84	1.12	13.12	72.80
Iš viso:			15.33	8.37	64.62	395.60

10 val.

Vaisiai		200	1.52	0.60	27.88	112.00
---------	--	-----	------	------	-------	--------

Pietūs 11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (augalinis,tausojantis)	10Sr	250	2.19	5.44	16.64	117.77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Bulvių plokštainis su kiauliena	45A	150	15.08	15.81	27.70	309.39
Grietinė 30%	15P	30	1.02	3.00	1.26	36.00
Iš viso:			21.25	24.89	62.66	549.24

* galima keisti įvairius gamyrų ir salotų variantus