

1-3 M.
1 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	2.5-19	150/1	2.61	1.69	28.23	138.42
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Sumuštinis su lydyto sūrelio užtepėle ir fermentiniu sūriu	16-2/2..	25/9	4.49	4.52	9.92	99.14
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	70	0.49	0.28	12.32	53.76
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			7.75	6.56	54.21	306.59

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (tausojantis) (augalinis)	36/1..	100	1.16	2.65	7.28	55.39
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Troškinta kalakutienos mėsa su grietinėle (tausojantis)	10-20	65/25	18.05	10.9	2.87	181.63
Biri kuskuso košė su aliejumi (tausojantis)	4-16	70/1	2.49	0.97	13.85	103.05
Iceberg salotų, agurkų ir ridikėlių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu(augalinis)	2-90.	80/8	0.78	4.35	2.7	50.62
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			23.8	19.07	35.69	436.28

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 (su kukurūzų miltais)	4.14/44	100	4.86	5.17	41.37	231.98
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Graikiškas jogurtas	26/08	30	1.32	1.17	1.41	21.6
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	70	0.28	0	6.93	28
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			6.7	6.45	55.33	304.5
Iš viso (dienos davinio):			38.26	32.09	145.22	1047.38

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
1 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

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 obuoliais ir cinamonu (augalinis) (tausojantis)	3-9.9	150	4.29	1.9	23.94	125.62
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	100	1.2	0.3	23.1	97
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			10.53	6.24	47.16	280.62

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 su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	93/2.4	100	1.23	5.16	9.98	88.7
Viso grūdo ruginė duona	16-1	15	0.97	0.15	6.6	33.75
Plikytų ryžių plovos su kiauliena	9-30/4.1	75/55	19.16	10.06	24.56	264.38
Baltagūžių kopūstų, morkų, agurkų salotos su citrinos sulčių-aliejaus užpilu (augalinis)	2-10/3	70/7	0.78	2.86	3.9	42.94
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			22.32	18.24	47.38	439.17

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)	15/2.13	110	13.49	13.85	12.66	234.85
Naminė obuolienė su cinamonu (tausojantis)	2026/02/24	30	0.13	0	3.64	14.71
Graikiškas jogurtas	26/08	20	0.88	0.78	0.94	14.4
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	90	0.9	0	7.2	31.5
Iš viso:			15.41	14.63	24.44	295.46
Iš viso (dienos davinio):			48.25	39.11	118.97	1015.25

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
1 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

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	130/4	5.03	4.61	32.48	190.63
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4.35	3.75	7.05	79.5
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	90	0.45	0.09	9.18	39.33
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			9.83	8.45	48.71	309.46

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	100	1.59	3.21	7.95	63.66
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.3	0.2	8.8	45
Orkaitėje keptas su garais kapotos vištienos kepsnys (tausojantis)	9-9/2	80	18.85	7.1	5.01	158.03
Virtos bulvės (tausojantis)	3-02-2	70	1.57	0.09	15.09	63.75
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos) (augalinis)	Darž.R-1 eko	75	0.6	0.04	3.83	17.25
Stalo vanduo su melionais	123.23	200	0.2	0	1.6	7
Iš viso:			24.11	10.65	42.28	354.7

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Purūs blynai iš kefyro ir miltų (tausojantis)	10.21.18	90	5.2	5.21	25.28	172.06
Trintas bananas su citrina	101.101.	20	0.22	0.05	4.16	17.43
Graikiškas jogurtas	26/08	25	1.1	0.97	1.18	18
Įvairių vaisių sultys	14-51.1	150	0.75	0	17.55	75
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	60	0.24	0	5.94	24
Iš viso:			7.51	6.24	54.11	306.48
Iš viso (dienos davinio):			41.45	25.33	145.09	970.64

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
1 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė paskaninta tyrų alyvuogių aliejumi ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	62/2.2	150/3	3.87	3.49	35.2	178.58
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	80	0.96	0.24	18.48	77.6
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			9.87	7.77	53.8	314.18

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-30	100	4.84	3.91	13.35	104.82
Skrebutis	79.1/5	15	1.34	0.35	9.37	46.94
Naminis kiaulienos kotletas keptas orkaitėje (tausojantis)	12-0/1	60	12.16	9.82	4.34	155.07
Virti pilno grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	5-1.7	60/2	2.52	2.42	12.72	84.85
Gūžinės salotos "Iceberg" su agurku ir citrinos sulčių-aliejaus užpilu (augalinis)	90.1	55/4	0.45	1.59	1.91	22.89
Šviežių obuolių kompotas be cukraus	14-30	200	0.2	0	4.95	20
Iš viso:			21.51	18.08	46.64	434.57

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės virtinukai "Tinginukai" (tausojantis)	6-18.18	100	14.42	6.55	33.38	252.93
Graikiškas jogurtas	26/08	15	0.66	0.58	0.7	10.8
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	100	0.9	0.1	11.7	47
Iš viso:			15.98	7.24	45.78	310.73
Iš viso (dienos davinio):			47.36	33.09	146.23	1059.48

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
1 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	53	150	5.4	0.68	37.24	166.78
Traputis su lydyto sūrio užtepėle	21.5.1..	11/9	1.8	2.11	9.22	64.29
Trintos uogos (avietės)	13.4/30	30	0.32	0.16	6.97	30.43
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	90	0.9	0	7.2	31.5
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			8.42	2.95	60.63	293

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-27	100	0.81	2.65	7.36	56.31
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Orkaitėje kepti laišos gabaliukai pagardinti citrinos sultimis (tausojantis)	87	60	15.58	12.15	0.57	172.17
Bulvių košė paskaninta sviestu (tausojantis)	3-12.01	65/2	2.09	2.81	17.38	99.22
Virtų burokėlių, marinuotų agurkų ir žirnelių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-31/9.1	65/5	1.3	2.35	7.4	52.44
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
Iš viso:			21.22	20.17	43.54	433.26

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	1-75/7	95/55	5.61	2.74	23.04	139.2
Mielinė bandelė	15-17	50	5.01	4.02	23.34	145.29
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	70	0.28	0	6.93	28
Iš viso:			10.9	6.76	53.32	312.49
Iš viso (dienos davinio):			40.54	29.88	157.49	1038.76

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
2 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su bananu ir augaliniu aliejumi (tausojantis) (augalinis)	77/2..	130/17/4	4.44	6.25	25.49	170.9
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	100	0.5	0.1	10.2	43.7
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			10.44	11.23	41.57	304.6

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta kreminė žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	16.58.7	100	2.75	1.91	10	63.88
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Sultingi vištienos kukuliai grietinėlės padaže (tausojantis)	9-40/2	45/15	10.54	13.99	1.71	175.26
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	60	2.3	0.31	14.85	71.32
Cukinijų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-02/2.	60/6	0.67	2.53	5.72	46.15
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			17.74	18.97	43.42	411.01

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti varškėčiai	6/8	65/35	14.16	10.91	26.45	264.92
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	20	0.16	0.07	3.74	15.28
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	70	0.63	0.07	8.19	32.9
Iš viso:			14.95	11.06	38.38	313.1
Iš viso (dienos davinio):			43.12	41.25	123.37	1028.71

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
2 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	2.5-19	140/1	2.44	1.58	26.35	129.19
Trintos uogos (avietės)	13.4/30	30	0.32	0.16	6.97	30.43
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	100	1.2	0.3	23.1	97
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			8.99	6.08	56.54	314.62

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-01/2	100	1.22	4.77	7.86	78.88
Juoda Agotos duona	16-2	15	0.97	0.15	6.6	33.75
Kiaulienos mėsos guliašas (tausojantis)	12-4/2-	55/25	12.68	10.27	7.6	173.01
Bulvių košė paskaninta sviestu (tausojantis)	3-12.01	60/2	1.82	2.44	15.12	86.27
Virtų burokėlių salotos su kepintais svogūnais, pagardintos alyvuogių aliejumi (augalinis)	10.21.54	70/2	1.14	3	6.92	57.29
Stalo vanduo su melionais	123.23	200	0.2	0	1.6	7
Iš viso:			18.03	20.63	45.7	436.21

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Purus omletas keptas orkaitėje su garais (tausojantis)	10.21.17	100	9.97	9.89	2.34	151.04
Duona perlepta sviestu	16-2/3.1	20/4	1.41	3.27	9.4	75.65
Pjaustytas agurkas	111.11	50	0.35	0	1.4	7
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			11.73	13.16	13.15	233.69
Iš viso (dienos davinio):			38.76	39.87	115.38	984.51

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
2 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)	4-10/3.6	145/5	2.99	5.12	23.7	155.07
Trintas bananas su citrina	101.101.	30	0.33	0.08	6.24	26.14
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	100	1	0	8	35
Iš viso:			9.82	10.09	43.81	306.21

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 su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	10/3/3	100	2.33	3.23	11.03	80.34
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Orkaitėje keptas kalakutienos maltinis kukurūzų miltų apvalkale (tausojantis)	10-27	70	19.94	5.01	11.44	172.29
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	70	1.85	0.26	18.92	85.58
Švž. kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-39	65/4	0.96	4.52	3.2	56.99
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			26.41	13.24	53.58	440.77

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	7.35	6.21	38.99	245.98
Graikiškas jogurtas	26/08	20	0.88	0.78	0.94	14.4
Naminė obuolienė su cinamonu (tausojantis)	2026/02/24	30	0.13	0	3.64	14.71
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	80	0.4	0.08	8.16	34.96
Iš viso:			8.76	7.07	51.73	310.05
Iš viso (dienos davinio):			44.99	30.39	149.12	1057.03

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
2 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	4-71/7	125/4	3.51	4.42	24.22	149.89
Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu (agotos duona)	104/17.2 iki 2026-08-07	18/3/9	3.79	5.16	7.96	96
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	100	0.4	0	9.9	40
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			7.93	9.68	47.7	308.81

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų ir lęšių sriuba be grietinėlės (tausojantis)	1-98/1/7	100	4.71	2.73	16.4	105.03
Skrebutis	79.1/5	15	1.34	0.35	9.37	46.94
Prancūziškas bulvių apkepas su vištienos mėsa (tausojantis)	195.2.24	120	8.74	17.57	14.6	248.18
2-ių rūšių daržovės (agurkai, pomidorai)	3.14-13	60	0.51	0.12	2.58	12.3
Šviežių obuolių kompotas be cukraus	14-30	200	0.2	0	4.95	20
Iš viso:			15.51	20.77	47.9	432.45

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių suflė (tausojantis)	6-3.	60/40	11.46	8	18.14	192.89
Graikiškas jogurtas	26/08	30	1.32	1.17	1.41	21.6
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	90	0.63	0.36	15.84	69.12
Iš viso:			13.66	9.64	41	306.53
Iš viso (dienos davinio):			37.1	40.1	136.6	1047.8

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
2 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	4-21/7	145/7	4.2	8.6	21.4	174.92
Trintos uogos (braškės, avietės)	13.4/29	30	0.28	0.13	5.44	23.24
Traputis su lydyto sūrio užtepėle	21.5.1..	10/8	1.62	1.9	8.3	57.86
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	90	0.81	0.09	10.53	42.3
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			6.92	10.73	45.68	298.32

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	17/2	100	1.3	4.71	11.18	92.06
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Orkaitėje kepti žuvies (lydekos) ir daržovių piršteliai (tausojantis)	19-1/2	70	7.68	5.21	10.25	118.67
Biri kuskuso košė su aliejumi (tausojantis)	4-16	80/1	2.85	1.11	15.83	117.78
Gūžinės salotos "Iceberg" su agurkais, baltaisiais ridikais, pomidorais ir alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	2-25/10	75/7	0.7	3.36	3.59	44.96
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			14.02	14.61	52	427.88

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
"Šokoladiniai" cukinijų keksiukai su su penkių grūdų dribsniais (tausojantis)	10.21.10.01	70	4.12	10.31	29.91	226.63
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	100	2.9	2.5	4.7	53
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	70	0.63	0.07	8.19	32.9
Iš viso:			7.65	12.88	42.8	312.53
Iš viso (dienos davinio):			28.59	38.21	140.47	1038.73

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
3 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)	4-10/3.6	155/5	3.19	5.47	25.27	165.41
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	110	1.1	0	8.8	38.5
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			9.79	10.35	39.95	293.91

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	100	1.59	3.21	7.95	63.66
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Vištienos kepsneliai "Chicken nuggets" (tausojantis)	06-18/1	80	12.73	6.73	9.55	148.65
Virtos bulvės apkeptos konvekciniame krosnyje (tausojantis) (augalinis)	3-03/1	80	1.84	1.86	18.05	91.97
Baltagūžių kopūstų, morkų, agurkų salotos su citrinos sulčių-aliejaus užpilu (augalinis)	2-10/3	75/7	0.83	3.05	4.16	45.8
Stalo vanduo su apelsinais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			18.46	15.06	50.86	404.48

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Purus omletas keptas orkaitėje su garais (tausojantis)	10.21.17	100	9.97	9.89	2.34	151.04
Duona pertępta sviestu	16-2/3.1	25/4	1.7	3.92	11.28	90.78
Pjaustytas agurkas	111.11	50	0.35	0	1.4	7
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			12.01	13.81	15.03	248.82
Iš viso (dienos davinio):			40.27	39.22	105.84	947.21

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
3 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kakavinė avižinė košė su bananais (augalinis) (tausojantis)	77/2.13..	150/20	5.28	2.7	28.62	155.35
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	5.04	4.04	0.12	58
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	90	1.08	0.27	20.79	87.3
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			11.4	7.01	49.53	300.65

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė raudonųjų lęšių sriuba (tausojantis)(augalinis)	10.21.09	100	4.74	6.23	17.01	138.56
Skrebutis	79.1/5	15	1.34	0.35	9.37	46.94
Orkaitėje keptas, sultingas, kapotas kiaulienos mėsos šnicelis (tausojančias)	11-1/1	60	12.75	10.06	3.44	154.22
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	60	2.3	0.31	14.85	71.32
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos) (augalinis)	Darž.R-1 eko	60	0.48	0.04	3.06	13.8
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			21.63	17	47.93	425.43

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta - plakta varškė su pienu ir grietinėle	6-40/2	100	10.62	12.37	5.27	175.6
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Šviesi duona (batonas)	16-58/3	30	2.28	0.6	15.93	79.8
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	80	0.32	0	7.92	32
Iš viso:			13.46	13.07	34.73	310.32
Iš viso (dienos davinio):			46.5	37.09	132.19	1036.39

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su obuoliais, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	3-9-3.	120/16/5	3.76	6.02	27.23	170.07
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	70	0.49	0.28	12.32	53.76
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			9.75	11.18	45.43	313.83

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ukrainietiškai barščiai (tausojantis)(augalinis)	10.21	100	1.31	3.34	9.52	70.94
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Troškinta kalakutienos mėsa su morkomis, porais ir grietine (tausojantis)	10.21.44-02	45/25	15.6	6.98	2.14	133.74
Bulvių košė paskaninta sviestu (tausojantis)	3-12.01	60/2	1.82	2.44	15.12	86.27
Pekino kopūstų, švž. pomidorų ir porų salotos su aliejaus ir citrinos užpilu (augalinis) (tausojantis)	2-12.2.1	75/3	0.87	5.67	3.85	66.02
Stalo vanduo su melionais	123.23	200	0.2	0	1.6	7
Iš viso:			21.09	18.64	41.02	408.98

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Amerikietiškai blynėliai	5-5/5	90	6.61	11.07	34.21	267.32
Trintas bananas su citrina	101.101.	15	0.16	0.04	3.12	13.07
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	70	0.63	0.07	8.19	32.9
Iš viso:			7.4	11.18	45.52	313.29
Iš viso (dienos davinio):			38.25	40.99	131.97	1036.1

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
3 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

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	135/4	5.22	4.78	33.68	197.69
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4.35	3.75	7.05	79.5
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	90	0.36	0	8.91	36
Iš viso:			9.93	8.53	49.64	313.19

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių ir pomidorų sriuba (tausojantis) (augalinis)	17.9/4	100	2.42	7.59	9.9	116.52
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Pilno grūdo makaronai su jautiena ir daržovių padažu (tausojantis)	11-15/2.1	85/45/40	16.35	5.26	26.4	222.76
Cukinių ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-02/2.	45/5	0.52	1.95	4.4	35.5
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
Iš viso:			20.73	15	51.53	427.91

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 "Tinginukai" (tausojantis)	6-18.18	90	12.98	5.9	30.04	227.64
Graikiškas jogurtas	26/08	20	0.88	0.78	0.94	14.4
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	70	0.84	0.21	16.17	67.9
Iš viso:			14.7	6.89	47.15	309.94
Iš viso (dienos davinio):			45.35	30.42	148.32	1051.04

Dietistė
Kristina Gruodytė

1-3 M.
3 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorius (-ė) Rūta Zalatorienė

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė paskaninta tyrų alyvuogių aliejumi ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	62/2.2	145/3	3.75	3.38	34.06	172.82
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	90	0.45	0.09	9.18	39.33
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Iš viso:			9.7	8.35	49.12	302.15

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	1-61	100	0.95	3.36	6.54	58.88
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Žuvies kukuliai troškinti pomidorų padaže (tausojantis)	8-51.1	60	8.84	5.31	5.44	107.36
Biri ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-16/2	70/2	1.28	2.03	12.91	75.15
Virti burokėlių, žalių žirnelių, raugintų agurkų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-107	75/5	1.74	2.08	8.6	55.94
Šviežių obuolių kompotas be cukraus	14-30	200	0.2	0	4.95	20
Iš viso:			14.31	12.97	47.24	362.32

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išeiga (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
Arbata be cukraus	3	150	0	0	0	0
Pjaustytas agurkas	111.11	60	0.42	0	1.68	8.4
Iš viso:			12.94	11.11	37.85	305.16
Iš viso (dienos davinio):			36.96	32.43	134.21	969.63

Dietistė
Kristina Gruodytė