

4-7 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	170/1	2.96	1.92	31.99	156.87
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Sumuštinis su lydyto sūrelio užtepėle ir fermentiniu sūriu	16-2/2..	30/10	5.13	5.16	11.34	113.3
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	100	0.7	0.4	17.6	76.8
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			9.03	7.59	66.54	369.89

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..	150	1.74	3.97	10.92	83.09
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Troškinta kalakutienos mėsa su grietinėle (tausojantis)	10-20	80/30	22.07	13.32	3.51	222
Biri kuskuso košė su aliejumi (tausojantis)	4-16	80/1	2.85	1.11	15.83	117.78
Iceberg salotų, agurkų ir ridikėlių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu(augalinis)	2-90.	90/9	0.86	4.84	3	56.25
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			29.49	23.54	46.64	547.19

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	120	5.83	6.21	49.65	278.38
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Graikiškas jogurtas	26/08	40	1.76	1.56	1.88	28.8
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	70	0.28	0	6.93	28
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	70	0.28	0	6.93	28
Iš viso:			8.39	7.88	71	386.1
Iš viso (dienos davinio):			46.91	39	184.19	1303.18

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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	180	5.14	2.28	28.72	150.75
Sūrio lazdelės	117-1/1	30	7.56	6.06	0.18	87
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	150	1.8	0.45	34.65	145.5
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			14.5	8.79	63.55	383.25

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	150	1.84	7.74	14.97	133.05
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.3	0.2	8.8	45
Plikytų ryžių plovos su kiauliena	9-30/4.1	85/65	22.11	11.6	28.34	305.06
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:			26.26	22.61	58.61	538.31

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	130	15.95	16.37	14.96	277.55
Naminė obuolienė su cinamonu (tausojantis)	2026/02/24	30	0.13	0	3.64	14.71
Graikiškas jogurtas	26/08	30	1.32	1.17	1.41	21.6
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	100	1	0	8	35
Iš viso:			18.4	17.54	28.01	348.86
Iš viso (dienos davinio):			59.16	48.93	150.17	1270.41

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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	165/5	6.34	5.8	40.9	240.06
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	200	5.8	5	9.4	106
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	100	0.5	0.1	10.2	43.7
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			12.64	10.9	60.5	389.76

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	150	2.38	4.82	11.93	95.49
Viso grūdo ruginė duona	16-1	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Orkaitėje keptas su garais kapotos vištienos kepsnys (tausojantis)	9-9/2	90	21.08	7.94	5.6	176.73
Virtos bulvės (tausojantis)	3-02-2	90	2.02	0.12	19.4	81.97
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos) (augalinis)	Darž.R-1 eko	90	0.72	0.05	4.59	20.7
Stalo vanduo su melionais	123.23	200	0.2	0	1.6	7
Iš viso:			28.35	13.23	56.32	449.4

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	130	7.51	7.52	36.52	248.53
Trintas bananas su citrina	101.101.	20	0.22	0.05	4.16	17.43
Graikiškas jogurtas	26/08	30	1.32	1.17	1.41	21.6
Įvairių vaisių sultys	14-51.1	150	0.75	0	17.55	75
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	70	0.28	0	6.93	28
Iš viso:			10.08	8.74	66.57	390.56
Iš viso (dienos davinio):			51.06	32.87	183.39	1229.71

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 M.
1 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	
Kukurūzų kruopų košė paskaninta tyrų alyvuogių aliejumi ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	62/2.2	180/4	4.62	4.16	42.01	213.14
Sūrio lazdelės	117-1/1	30	7.56	6.06	0.18	87
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	90	1.08	0.27	20.79	87.3
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			13.26	10.49	62.98	387.44

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-30	150	7.25	5.86	20.03	157.23
Skrebutis	79.1/5	20	1.79	0.47	12.49	62.59
Naminis kiaulienos kotletas keptas orkaitėje (tausojantis)	12-0/1	70	14.19	11.46	5.06	180.92
Virti pilno grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	5-1.7	70/2	2.94	2.82	14.84	98.99
Gūžinės salotos "Iceberg" su agurku ir citrinos sulčių-aliejaus užpilu (augalinis)	90.1	65/4	0.53	1.85	2.23	26.7
Šviežių obuolių kompotas be cukraus	14-30	200	0.2	0	4.95	20
Iš viso:			26.89	22.46	59.61	546.43

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	120	17.31	7.87	40.06	303.51
Graikiškas jogurtas	26/08	20	0.88	0.78	0.94	14.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	140	1.26	0.14	16.38	65.8
Iš viso:			19.45	8.79	57.38	383.71
Iš viso (dienos davinio):			59.6	41.74	179.96	1317.58

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 M.
1 savaitė
Penktadienis

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 (tausojantis) (augalinis)	53	170	6.12	0.77	42.2	189.02
Trintos uogos (avietės)	13.4/30	30	0.32	0.16	6.97	30.43
Traputis su lydyto sūrio užtepėle	21.5.1..	20/16	3.24	3.8	16.6	115.72
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	140	1.4	0	11.2	49
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			11.08	4.74	76.97	384.17

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-27	150	1.22	3.97	11.04	84.47
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Orkaitėje kepti laišos gabaliukai pagardinti citrinos sultimis (tausojantis)	87	70	18.18	14.17	0.67	200.87
Bulvių košė paskaninta sviestu (tausojantis)	3-12.01	75/3	2.43	3.26	20.16	115.03
Virtų burokėlių, marinuotų agurkų ir žirnelių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-31/9.1	75/6	1.48	2.68	8.46	59.93
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
Iš viso:			25.4	24.4	55.54	535.93

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	1-75/7	125/75	7.47	3.65	30.73	185.6
Mielinė bandelė	15-17	50	5.01	4.02	23.34	145.29
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	100	0.4	0	9.9	40
Iš viso:			12.89	7.67	63.97	370.89
Iš viso (dienos davinio):			49.37	36.81	196.48	1290.99

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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..	165/20/5	5.62	7.91	32.28	216.47
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	140	0.7	0.14	14.28	61.18
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			11.82	12.93	52.44	367.65

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	150	4.12	2.87	15	95.82
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Sultingi vištienos kukuliai grietinėlės padaže (tausojantis)	9-40/2	60/20	14.05	18.65	2.28	233.68
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	70	2.68	0.37	17.33	83.21
Cukinijų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-02/2.	75/7	0.83	3.12	7.05	56.8
Stalo vanduo su apelsiniais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			23.81	25.33	57.18	546.4

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	80/40	16.99	13.1	31.74	317.91
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	100	0.9	0.1	11.7	47
Iš viso:			18.13	13.31	49.05	387.83
Iš viso (dienos davinio):			53.76	51.57	158.68	1301.88

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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	170/1	2.96	1.92	31.99	156.87
Trintos uogos (avietės)	13.4/30	30	0.32	0.16	6.97	30.43
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Sūrio lazdelės	117-1/1	30	7.56	6.06	0.18	87
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			12.27	8.5	66.86	390.7

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	150	1.83	7.15	11.79	118.32
Juoda Agotos duona	16-2	20	1.3	0.2	8.8	45
Kiaulienos mėsos guliašas (tausojantis)	12-4/2-	60/30	14.26	11.55	8.55	194.64
Bulvių košė paskaninta sviestu (tausojantis)	3-12.01	65/3	2.12	2.85	17.64	100.65
Virtų burokėlių salotos su kepintais svogūnais, pagardintos alyvuogių aliejumi (augalinis)	10.21.54	80/2	1.3	3.43	7.91	65.48
Stalo vanduo su melionais	123.23	200	0.2	0	1.6	7
Iš viso:			21.02	25.18	56.28	531.09

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	130	12.96	12.86	3.05	196.35
Duona pertepta sviestu	16-2/3.1	30/5	1.98	4.57	13.16	105.91
Pjaustytas agurkas	111.11	70	0.49	0	1.96	9.8
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			15.43	17.43	18.17	312.06
Iš viso (dienos davinio):			48.72	51.11	141.32	1233.85

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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	175/6	3.59	6.15	28.43	186.09
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
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	140	1.4	0	11.2	49
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			10.82	11.11	51.75	351.23

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	150	3.5	4.85	16.55	120.51
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Orkaitėje keptas kalakutienos maltinis kukurūzų miltų apvalkale (tausojantis)	10-27	80	22.79	5.73	13.08	196.9
Biri ryžių košė (tausojantis)	4-41	80	2.12	0.3	21.62	97.8
Švž. kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-39	75/5	1.09	5.17	3.66	65.13
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			31.47	16.36	68.29	548.42

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	120	8.82	7.45	46.79	295.18
Graikiškas jogurtas	26/08	30	1.32	1.17	1.41	21.6
Naminė obuolienė su cinamonu (tausojantis)	2026/02/24	30	0.13	0	3.64	14.71
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/2	80	0.4	0.08	8.16	34.96
Iš viso:			10.67	8.7	60	366.45
Iš viso (dienos davinio):			52.96	36.16	180.04	1266.09

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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	165/5	4.58	5.78	31.67	196.02
Trintos uogos (braškės)	13.1/1	30	0.24	0.11	5.61	22.92
Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu (ruginė duona)	104/17.2	20/4/11	4.42	6.02	9.29	112
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	140	0.56	0	13.86	56
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			9.8	11.9	60.44	386.94

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	150	7.07	4.1	24.6	157.55
Skrebutis	79.1/5	20	1.79	0.47	12.49	62.59
Prancūziškas bulvių apkepas su vištienos mėsa (tausojantis)	195.2.24	140	10.2	20.5	17.03	289.54
2-ių rūšių daržovės (agurkai, pomidorai)	3.14-13	70	0.59	0.14	3.01	14.35
Šviežių obuolių kompotas be cukraus	14-30	200	0.2	0	4.95	20
Iš viso:			19.85	25.21	62.09	544.03

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.	75/45	13.76	9.6	21.77	231.47
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	200	0	0	0	0
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	100	0.7	0.4	17.6	76.8
Iš viso:			16.02	11.28	46.39	352.79
Iš viso (dienos davinio):			45.68	48.39	168.92	1283.76

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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	160/8	4.76	9.75	24.25	198.24
Trintos uogos (braškės, avietės)	13.4/29	30	0.28	0.13	5.44	23.24
Traputis su lydyto sūrio užtepėle	21.5.1..	20/16	3.24	3.8	16.6	115.72
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	100	0.9	0.1	11.7	47
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			9.19	13.78	58	384.2

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	150	1.95	7.07	16.77	138.1
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Orkaitėje kepti žuvies (lydekos) ir daržovių piršteliai (tausojantis)	19-1/2	80	8.78	5.95	11.72	135.63
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:			16.42	17.81	63.45	513.36

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	80	4.71	11.78	34.19	259.01
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	150	4.35	3.75	7.05	79.5
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	100	0.9	0.1	11.7	47
Iš viso:			9.96	15.63	52.94	385.51
Iš viso (dienos davinio):			35.57	47.23	174.39	1283.08

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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	185/6	3.79	6.49	30.01	196.43
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Melionai (arba kitas sezoninis vaisius)	120/4	140	1.4	0	11.2	49
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			10.69	11.37	47.09	335.43

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	150	2.38	4.82	11.93	95.49
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Vištienos kepsneliai "Chicken nuggets" (tausojantis)	06-18/1	90	14.32	7.57	10.75	167.24
Virtos bulvės apkeptos konvekciniame krosnyje (tausojantis) (augalinis)	3-03/1	90	2.07	2.09	20.31	103.46
Baltagūžių kopūstų, morkų, agurkų salotos su citrinos sulčių-aliejaus užpilu (augalinis)	2-10/3	80/8	0.93	3.43	4.67	51.52
Stalo vanduo su apelsinais	14-22	180/20	0.18	0.02	2.34	9.4
Iš viso:			21.83	18.22	63.2	494.62

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	130	12.96	12.86	3.05	196.35
Duona pertępta sviestu	16-2/3.1	35/6	2.26	5.23	15.04	121.04
Pjaustytas agurkas	111.11	70	0.49	0	1.96	9.8
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			15.71	18.09	20.05	327.19
Iš viso (dienos davinio):			48.23	47.68	130.35	1157.23

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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..	175/25	6.22	3.18	33.67	182.77
Sūrio lazdelės	117-1/1	30	7.56	6.06	0.18	87
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	120	1.44	0.36	27.72	116.4
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			15.22	9.6	61.57	386.17

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	150	7.11	9.34	25.52	207.84
Skrebutis	79.1/5	20	1.79	0.47	12.49	62.59
Orkaitėje keptas, sultingas, kapotas kiaulienos mėsos šnicelis (tausojančias)	11-1/1	70	14.87	11.74	4.02	179.92
Biri grikių košė (tausojantis)	12.1/2	70	2.68	0.37	17.33	83.21
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprikos) (augalinis)	Darž.R-1 eko	70	0.56	0.04	3.57	16.1
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			27.04	21.96	63.12	550.25

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	120	12.74	14.84	6.32	210.71
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	200	0	0	0	0
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	80	0.32	0	7.92	32
Iš viso:			15.59	15.55	35.78	345.43
Iš viso (dienos davinio):			57.84	47.11	160.47	1281.85

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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.	160/20/7	5.11	8.17	36.95	230.81
Natūralus jogurtas	16-26	125	5.5	4.88	5.88	90
Vynuogės (arba kitas sezoninis vaisius)	120/1	90	0.63	0.36	15.84	69.12
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Iš viso:			11.24	13.41	58.67	389.93

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	150	1.96	5.01	14.27	106.41
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Troškinta kalakutienos mėsa su morkomis, porais ir grietine (tausojantis)	10.21.44-02	60/30	20.06	8.98	2.75	171.95
Bulvių košė paskaninta sviestu (tausojantis)	3-12.01	65/3	2.12	2.85	17.64	100.65
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:			27.15	22.81	53.31	519.54

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Amerikietiški blynėliai	5-5/5	110	8.08	13.53	41.81	326.72
Trintas bananas su citrina	101.101.	30	0.33	0.08	6.24	26.14
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/3	80	0.72	0.08	9.36	37.6
Iš viso:			9.13	13.69	57.41	390.46
Iš viso (dienos davinio):			47.52	49.91	169.39	1299.94

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 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	165/5	6.34	5.8	40.9	240.06
Pienas 2,5 %rieb.	14-60/0	200	5.8	5	9.4	106
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	90	0.36	0	8.91	36
Iš viso:			12.5	10.8	59.21	382.06

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	150	3.63	11.38	14.86	174.79
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	105/50/45	19.24	6.19	31.06	262.07
Cukinių ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-02/2.	55/5	0.62	2.34	5.28	42.6
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/3	180/18	0.13	0.01	2.02	8.12
Iš viso:			24.93	20.12	62.02	532.58

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	120	17.31	7.87	40.06	303.51
Graikiškas jogurtas	26/08	30	1.32	1.17	1.41	21.6
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	16-33	70	0.84	0.21	16.17	67.9
Iš viso:			19.47	9.25	57.64	393.01
Iš viso (dienos davinio):			56.89	40.16	178.86	1307.65

Dietistė
Kristina Gruodytė

4-7 M.
3 savaitė
Penktadienis

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	
Kukurūzų kruopų košė paskaninta tyrų alyvuogių aliejumi ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	62/2.2	175/4	4.5	4.05	40.88	207.38
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	200	0	0	0	0
Iš viso:			10.45	9.02	55.94	336.71

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	1-61	150	1.43	5.03	9.8	88.32
Juoda Agotos duona	16-2	30	1.95	0.3	13.2	67.5
Žuvies kukuliai troškinti pomidorų padaže (tausojantis)	8-51.1	80	11.79	7.08	7.26	143.15
Biri ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-16/2	75/3	1.46	2.32	14.76	85.88
Virti burokėlių, žalių žirnelių, raugintų agurkų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-107	85/5	1.95	2.34	9.67	62.93
Šviežių obuolių kompotas be cukraus	14-30	200	0.2	0	4.95	20
Iš viso:			18.79	17.07	59.64	467.78

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr	Išėiga (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	125/18/18	15.42	13.67	44.51	365.25
Arbata be cukraus	3	200	0	0	0	0
Pjaustytas agurkas	111.11	80	0.56	0	2.24	11.2
Iš viso:			15.98	13.67	46.75	376.45
Iš viso (dienos davinio):			45.21	39.76	162.33	1180.94

Dietistė
Kristina Gruodytė