

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2priedas

Šiaulių r. Voveriškių mokykla, Ringuvos g. 4 Voveriškių k. Šiaulių r.

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos
(teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11m. ir vyresniems

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 17.00 val.

Pirmadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27Sr	250g	7,29	7,90	17,77	175,20
Iš viso:			7,29	7,90	17,77	175,20

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27Sr	150g	4,37	4,67	10,66	105,12
Iš viso:			4,37	4,67	10,66	105,12

Pietūs 12 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštiesienos file (tausojantis)	30A	150g	36,75	10,56	13,23	295,58
Virti lęšiai	14Ga	100g	12,78	0,58	28,14	157,77
Agurkai	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorų, porų salotos su aliejaus padažu	33S	100g	1,32	9,56	4,46	102,27
Iš viso:			51,25	20,80	46,98	561,12

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir nešlifotų ryžių apkepas (tausojantis)	87A	270g	39,12	30,02	34,61	565,89
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			40,44	30,49	43,59	606,09

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su brokoliais (augalinis, tausojantis)	11AA	350g	9,08	41,28	44,52	481,43
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,67	6,54	105,00
Iš viso:			10,69	48,95	51,06	586,43

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)	3A	240g	36,00	19,01	33,05	435,31
Salierų salotos su agurkais, morkomis, porais su aliejaus padažu	61S	120g	1,61	11,89	7,76	132,61
Iš viso:			37,61	30,90	40,81	567,92

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštiesenos file kepsnys (tausojantis)	34A	150g	37,01	15,39	14,27	342,72
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75g	4,60	4,13	25,16	153,49
Kopūstų, agurkų, porų salotos su aliejaus padažu	3S	150g	2,52	7,86	10,14	110,73
Iš viso:			44,13	27,38	49,57	506,94

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	300g	43,56	23,13	16,14	433,98
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75g	4,60	4,13	25,16	153,49
Iš viso:			48,16	27,26	41,30	587,47

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
 Direktoriė
 Albina Gudaitienė

Antradienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis)	11Sr	250/10/10	4,08	9,49	16,45	162,17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,04	10,13	33,51	248,25

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis)	11Sr	150/6/6g	2,45	5,69	9,87	97,30
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,41	6,33	26,93	183,38

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos, daržovių troškinys (tausojantis)	2A	250g	36,30	19,26	38,25	361,66
Virtos bulvės	1G	90g	1,93	0,12	17,23	76,68
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6S	150g	2,04	7,79	9,29	103,46
Iš viso:			40,27	27,17	64,77	541,80

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys su žiediniais kopūstais ir grikiiais (augalinis, tausojantis)	5AA	300g	13,31	32,51	92,72	614,24
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			13,81	32,61	94,77	622,74

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (tausojantis)	83A	250g	39,18	26,78	41,41	574,00
Įvairios uogos	16D	100g	0,95	0,48	12,65	47,00
Iš viso:			40,13	27,26	54,06	621,00

Gudaitienė
Direktore
Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	120g	26,65	14,12	14,38	289,51
Bulvių košė su sviestu	2Gar	100g	1,81	3,42	15,87	100,38
Salotos su špinatais, mangais, aliejaus padažu	56S	140g	1,97	13,80	7,42	153,87
Iš viso:			30,43	31,34	37,67	543,76

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	170g	43,21	10,39	6,90	287,25
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais, aliejaus padažu	44S	150g	2,75	14,82	8,16	162,92
Iš viso:			48,18	29,05	30,36	552,31

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	31A	150g	36,66	25,00	1,02	380,58
Virtos bulvės	1Gar	110g	2,35	0,14	21,05	93,72
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6S	150g	2,04	7,79	9,29	103,46
Iš viso:			41,05	32,93	31,36	577,76

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
 Direktoriė
 Albina Gudaitienė

Trečiadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	5,99	5,44	23,98	157,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,95	6,08	41,04	244,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	3,59	3,26	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,55	3,90	31,45	180,85

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	29,81	22,61	10,09	357,69
Biri grikių kruopų košė	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	100g	0,80	0,20	2,30	11,00
Pomidorai	37S	100g	1,00	0,20	4,10	17,00
Iš viso:			37,74	28,52	50,04	590,34

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	250g	37,63	25,90	41,15	552,18
Įvairios uogos	16D	100g	0,95	0,48	12,65	47,00
Iš viso:			38,58	26,38	53,80	599,18

Albina Gudaitienė
 Direktorių
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinių, moliūgų, morkų, žirnių arba žirnelių troškiny (augalinis, tausojantis)	2AA	400g	17,60	11,44	66,52	400,80
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Daržovių padažas	15P	120g	2,57	12,26	10,46	168,12
Iš viso:			20,67	23,80	79,03	577,42

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos kukuliai (tausojantis)	19A	150g	44,31	13,94	6,34	350,96
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Agurkai (šaltuoju sezonu metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	75g	0,75	0,15	3,08	12,75
Ridikėliai	39S	50g	0,55	0,05	1,95	8,50
Iš viso:			48,73	18,94	41,47	541,47

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	100/30/30g	23,96	42,98	13,41	528,48
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Pomidorų salotos su porais, nesaldinto jogurto padažu	33S	100g	2,04	0,40	4,43	24,10
Iš viso:			27,09	45,26	29,42	618,08

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	100g	19,07	16,73	11,75	272,73
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75g	4,60	4,13	25,16	153,40
Kopūstų salotos su porais, aliejaus padažu	1S	150g	2,40	14,82	9,90	168,09
Iš viso:			26,07	35,68	46,81	594,31

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	125g	33,60	22,76	10,69	382,09
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, aliejaus padažu	53S	100g	1,26	13,44	11,73	116,27
Iš viso:			37,93	38,96	39,20	600,69

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Ketvirtadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Švž.kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine (tausojantis)	7Sr	250/10g	2,62	8,31	14,74	136,43
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,58	8,95	31,80	222,51

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Švž.kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine (tausojantis)	7Sr	150/6g	1,57	4,98	8,85	81,86
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,53	5,62	25,91	167,94

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	150g	30,80	17,82	16,40	348,09
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	50g	1,66	2,31	12,55	73,84
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, mar.agurkais, svogūnais su aliejaus padažu	20S	150g	3,80	14,22	13,76	183,29
Iš viso:			36,26	34,35	42,71	605,22

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių - daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	400g	16,68	8,72	99,80	518,28
Daržovių padažas	15P	60g	1,26	6,12	5,22	84,06
Iš viso:			17,94	14,84	105,02	602,34

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške (tausojantis)	65A	300g	48,30	31,98	62,94	459,15
Kefyro kokteilis su spanguolėmis ir kriaušėmis		200g	6,00	0,80	19,80	112,00
Iš viso:			54,30	32,78	82,74	571,15

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	150g	29,02	11,98	8,10	260,54
Biri nešlifuoti ryžių košė	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	150g	1,61	17,21	10,59	171,69
Iš viso:			33,35	33,89	47,64	595,99

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašiša (tausojantis)	37A	100g	26,11	22,00	1,68	307,47
Biri nešlifuoti ryžių košė	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Paprika	40S	50g	0,65	0,25	3,30	14,50
Žali žirnėliai	41S	75g	3,68	0,15	11,85	48,00
Iš viso:			33,16	27,10	45,78	533,73

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	250g	34,33	16,85	55,88	504,73
Trinti kiviai su jogurtu	12D	80/20g	1,40	0,63	12,34	52,20
Iš viso:			35,73	17,48	68,22	556,93

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos dešrelės (tausojantis)	36A	140g	10,05	39,75	1,32	401,85
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	150g	1,61	14,81	10,59	171,69
Iš viso:			11,66	54,55	11,91	573,54

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške	48A	300g	20,40	8,76	71,49	442,41
Grietinė 30%	17P	50g	1,20	15,00	1,55	146,50
Iš viso:			21,60	23,76	73,04	588,91

Pietūs val.*

9 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	46A	300g	10,29	24,69	73,83	548,97
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			11,65	28,69	75,51	596,97

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktore
Albina Gudaitienė

Penktadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	250g	2,51	5,26	16,05	114,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,47	5,90	33,11	200,53

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	150g	1,73	3,20	9,86	72,99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,69	3,84	26,92	159,07

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	110g	27,12	19,02	2,23	286,04
Bulvių košė su pienu	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Brokolių salotos su pomidorais, džiovintomis spanguolėmis, svogūnais, aliejaus padažas	50S	120g	2,64	12,17	8,41	140,05
Iš viso:			32,10	35,01	27,11	534,62

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	74A	225g	27,22	18,21	55,08	489,57
Uogų tyrė	17D	120g	1,20	1,20	21,96	114,48
Iš viso:			28,42	19,41	77,04	604,05

Gudaitienė
 Direktė
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Salierų blynai su saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis)	1AA	350g	13,44	19,15	78,30	502,08
Daržovių padažas	15P	80g	1,70	8,16	6,96	112,08
Iš viso:			15,14	27,31	85,26	593,30

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su (šviežiais ar) raugintais kopūstais (tausojantis)	6A	300g	45,33	29,50	15,05	490,62
Virtos bulvės	1Gar	110g	2,35	0,14	21,05	93,72
Iš viso:			47,68	29,64	36,10	584,34

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos troškiny su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	32,48	25,46	10,41	393,11
Bulvių košė su pienu	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis ir nesaldintu jogurto padažu	13S	100g	4,33	5,29	7,11	85,85
Iš viso:			39,15	34,57	33,99	587,49

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	62A	150g	30,00	17,86	9,45	315,03
Bulvių košė su morkomis	13Ga	75g	1,67	2,88	11,48	76,61
Burokėlių salotos su obuoliais, aliejaus padažu	23S	150g	1,53	14,39	17,30	193,55
Iš viso:			33,20	35,13	38,22	585,19
7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	46A	300g	10,29	24,69	73,83	548,97
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			11,65	28,69	75,51	596,97

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Albina Gudaitienė
 Direktorių
 Albina Gudaitienė

Pirmadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	26Sr	250g	5,46	7,57	18,56	160,85
Iš viso:			5,46	7,57	18,56	160,85

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	26Sr	150g	3,27	4,54	11,14	96,51
Iš viso:			3,27	4,54	11,14	96,51

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kalakutiena (šlaunelių mėsa) su padažu (tausojantis)	29A	150/60g	42,24	19,16	10,34	374,96
Virti lęšiai	14Gar	50g	6,39	0,29	14,07	78,89
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika), aliejaus padažas	5S	150g	2,26	14,85	9,09	165,77
Iš viso:			50,89	34,30	33,50	619,62

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (tausojantis)	89A	300g	36,00	20,07	60,96	570,38
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			37,70	25,07	63,06	630,38

Gudaitienė
 Direktorių
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų apkepas (augalinis, tausojantis)	8AA	400g	10,93	17,36	49,28	357,49
Daržovių padažas (augalinis)	15P	130g	2,73	13,26	11,31	182,13
Iš viso:			13,66	30,62	60,59	539,62

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti paukštienos gabaliukai su pom.padažu ir svogūnais (tausojantis)	33A	150/40/40g	48,18	12,40	18,92	370,34
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika), aliejaus padažas	5S	130g	1,96	12,87	7,88	143,66
Iš viso:			52,18	28,80	48,51	636,82

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukuliai (tausojantis)	35A	200g	42,44	17,82	8,12	353,94
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	100g	3,32	4,62	25,11	147,68
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	100g	1,73	5,14	11,69	89,83
Pomidorai	37S	100g	1,00	0,20	4,10	17,00
Iš viso:			48,49	27,78	49,02	608,45

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-grikių troškiny (tausojantis)	5A	230g	43,86	20,08	35,35	487,72
Pekiniai kopūstai su agurkais, porais ir al.aliejaus padažu	54S	150g	2,06	14,72	6,03	156,77
Iš viso:			45,92	34,80	41,38	644,49

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	250g	34,33	16,85	55,88	504,73
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			36,03	21,85	57,98	564,73

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitis
Direktorė
Albina Gudaitienė

Antradienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis ir grietine (tausojantis)	2Sr	250/10g	4,72	8,39	23,05	175,03
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,68	9,03	40,11	261,11

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis ir grietine (tausojantis)	2S	150/6g	2,83	5,03	13,83	105,02
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,79	5,67	30,89	191,10

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	125g	33,60	22,76	10,69	382,09
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, aliejaus padažu	53S	140g	1,26	13,44	11,73	162,78
Iš viso:			35,93	36,27	31,99	587,47

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (tausojantis)	80A	280	21,40	16,02	67,00	535,44
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	80/20g	1,44	0,42	15,73	67,75
Iš viso:			22,84	16,43	82,73	603,19


 Direktorė
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	400g	18,64	23,28	69,84	543,84
Pomidorai savo sultyse	21P	150g	3,00	0,00	10,75	48,00
Iš viso:			21,64	23,28	80,59	591,84

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta veršiena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	30,27	16,45	10,57	325,17
Bulvių košė su pienu	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, aliejaus padažu	53S	150g	1,35	14,40	12,57	174,41
Iš viso:			33,96	34,67	39,61	608,11

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	100g	25,63	39,08	4,29	469,85
Bulvių košė su pienu	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Daržovių salotos su kmynais, nesald. jogurto padažu	31S	150g	2,93	0,80	7,29	39,24
Iš viso:			30,90	43,70	28,05	617,62

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	150g	31,96	21,06	17,42	382,32
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	75g	1,58	2,84	10,05	70,87
Ėriokėlių salotos su agurkais, pupelėmis, aliejaus padažu	21S	100g	3,18	12,13	12,90	161,20
Iš viso:			36,72	36,03	40,37	614,39

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balandėliai su kiauliena su grietinės-pomidorų padažu (tausojantis)	63A	300/60g	28,98	35,91	30,27	540,48
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Paprika	40S	50g	0,69	0,25	3,30	14,50
Marinuoti agurkai	38S	100g	0,30	0,20	2,30	11,00
Iš viso:			31,04	36,43	45,44	608,58

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Trečiadienis

Vaisia		200g	1,52	0,6	27,88	112
--------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	250g	6,59	5,40	23,76	160,35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,55	6,04	40,82	246,43

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	150g	3,95	3,24	14,25	96,21
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,91	3,88	31,31	182,29

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	62A	150g	30,00	17,86	9,45	315,03
Bulvių košė su pienu	3Gar	75g	1,76	2,87	12,35	81,40
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, moliūgų sėklomis, aliejaus padažu (augalinis)	13S	100g	3,49	14,47	7,74	166,02
Iš viso:			35,25	35,20	29,54	562,45

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai(tausojantis)	83A	220g	37,77	23,56	36,54	505,12
Bananų desertas su jogurtu	3D	80/20	1,56	0,39	19,70	85,00
Iš viso:			39,33	23,95	56,24	590,12

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų-cukinių apkepas (augalinis, tausojantis)	9AA	350g	6,3	13,4	44,91	233,1
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,67	6,54	105,08
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	200g	2,16	19,40	20,10	254,54
Iš viso:			10,07	40,47	71,55	592,72

Gudaitienė
 Direktori
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su paukštienos įdaru (tausojantis)	12A	130g	30,25	20,98	12,71	359,37
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu	3S	150g	2,52	7,86	10,14	110,74
Iš viso:			34,99	32,68	38,15	572,26

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su pupelėmis (tausojantis)	7A	252g	41,91	24,97	22,73	465,42
Salierų salotos su agurkais, morkomis, al. aliejaus padažu	61S	100g	1,34	9,91	6,47	110,51
Iš viso:			43,25	34,88	29,20	575,93

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos maltinukas su sūrio ir kiaušinio įdaru (tausojantis)	18A	100g	28,86	17,05	11,17	312,15
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	75g	1,58	2,84	10,05	70,87
Morkų salotos su česnaku, aliejaus padažu	11S	150g	1,59	14,31	13,44	173,78
Iš viso:			32,03	34,20	34,66	556,80

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	150g	28,61	25,10	17,63	409,10
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Salierų salotos su agurkais, morkomis, nesaldintu jogurto padažu	61S	150g	3,27	1,10	8,76	45,51
Iš viso:			34,10	30,03	41,69	556,76

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Ketvirtadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine (tausojantis)	12S	250/10g	3,05	8,34	19,52	160,05
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,01	8,98	36,58	246,13

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine (tausojantis)	12S	150/6g	1,82	5,00	11,71	96,03
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,78	5,64	28,77	182,11

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašišos file (tausojantis)	37A	75g	19,58	16,50	1,26	230,60
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, aliejaus padažu	18S	150g	4,08	7,76	19,69	144,24
Iš viso:			25,02	26,61	35,43	456,72

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių troškinys (augalinis, tausojantis)	14AA	300g	21,18	9,18	68,64	388,59
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu	43S	150g	2,96	14,99	11,54	177,39
Iš viso:			24,14	24,17	80,18	565,98

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	100g	17,43	10,35	17,65	232,44
Biri sorų kruopų košė	4Gar	100g	4,33	5,19	28,09	177,93
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis, al. aliejaus padažu	13S	100g	3,49	14,47	7,74	166,02
Iš viso:			25,25	30,01	53,48	576,39

Albina Gudaitienė
 Direktoriė
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su varške	51A	300g	18,72	9,90	67,11	424,47
Grietinė 30%	17P	50g	1,20	15,00	1,55	146,50
Iš viso:			19,92	24,90	68,66	570,97

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės kukulaičiai (tausoįantis)	90A	300g	32,04	15,60	67,35	535,38
Jogurtinė grietinė 10%		50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			33,74	20,60	69,45	595,38
Virtų bulvių blynai su mėsa (kiauliena, tausojantis)	53A	200g	16,85	14,98	50,89	401,44
Grietinė 30%	17P	40g	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			17,81	26,98	52,13	518,64

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
 Direktoriė
 Albina Gudaitienė

Penktadienis

Vaisia		200g	1,52	0,6	27,88	112
--------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	9Sr	250g	1,88	5,19	12,09	98,93
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,84	5,83	29,15	185,01

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	9Sr	150g	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,09	3,75	24,31	145,44

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos file kepsnys (tausojantis)	34A	150g	37,00	15,39	14,26	342,72
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Morkų, obuolių, porų salotos su al. aliejaus padažu	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			39,71	32,19	43,38	605,76

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	88A	260g	31,13	30,08	37,18	541,03
Uogų tyrė	17D	100g	1,00	1,00	18,30	95,40
Iš viso:			32,13	31,08	55,48	636,43

Gudaitienė
 Direktoriė
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys (augalinis, tausojantis)	11AA	300g	6,81	30,96	33,39	412,66
Pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu	33S	60g	0,72	5,75	3,04	62,56
Iš viso:			7,53	36,71	36,43	475,22

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškinys su lęšiais (tausojantis)	7A	200g	36,52	15,75	26,50	380,18
Špinatų salotos su ridikėliais, salotomis, aliejaus padažu	55S	150g	2,06	14,74	5,42	154,06
Iš viso:			38,58	30,49	31,92	534,24

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	200g	50,84	12,22	8,12	337,94
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40g	2,45	2,21	13,42	81,86
Morkų, obuolių, porų salotos su aliejaus padažu	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			54,64	28,88	36,18	600,96

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos troškinys su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)	3A	300g	53,76	17,94	41,32	527,48
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	100g	1,73	5,14	11,69	89,83
Iš viso:			55,89	23,18	54,16	622,81

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta kalakutienos file (tausojantis)	30A	150g	33,74	12,72	13,23	302,775
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	100g	3,32	4,62	25,11	147,68
Daržovių salotos su dž.spanguolėmis	8S	100g	0,98	9,77	15,60	146,76
Iš viso:			38,04	27,11	53,94	597,22

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitis
Direktorė
Albina Gudaitienė

Pirmadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27Sr	250g	7,29	7,90	17,77	175,20
Iš viso:			7,29	7,90	17,77	175,20

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27Sr	150g	4,37	4,67	10,66	105,12
Iš viso:			4,37	4,67	10,66	105,12

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su nešlifuoti ryžiais (tausojantis)	3A	240g	36,00	19,01	33,05	435,31
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais, al. aliejaus padažu	2S	150g	2,18	7,80	7,40	97,53
Iš viso:			38,18	26,81	40,44	532,84

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Salierų blynai su saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis)	1AA	300g	8,49	8,25	67,11	430,35
Daržovių padažas	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			9,56	13,36	71,47	500,40

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės, morkų ir avižinių dribsnių blynai (tausojantis)	113A	250g	27,95	26,23	60,18	579,88
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			29,27	26,70	69,16	620,08

Gudaitis
Direktorė
Albina Gudaitis

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	150g	36,75	10,56	13,23	295,58
Bulvių košė su pienu	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			40,44	28,83	44,34	585,27

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutų šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	100g	21,23	12,55	9,51	235,04
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	100g	2,11	3,79	13,40	94,49
Burokėlių salotos su ž. žirneliais, aliejaus padažu	18S	150g	4,17	21,83	20,94	273,80
Iš viso:			27,51	38,17	43,85	603,33

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-daržovių troškinys (tausojantis)	2A	350g	61,04	20,16	18,83	486,85
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Iš viso:			63,18	20,29	37,97	572,05

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiena (file) (tausojantis)	29A	150/60g	51,00	13,32	10,32	358,26
Bulvių košė su pienu	3Gar	75g	1,76	2,87	12,35	81,40
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			54,11	30,63	37,31	620,81

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Antradienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	1Sr	250	2,36	5,24	17,79	120,82
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,32	5,88	34,85	206,90

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	1Sr	150g	1,41	3,14	10,67	72,49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,37	3,78	27,73	158,57

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	29,81	22,61	10,09	357,69
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	75g	2,49	3,47	18,83	110,76
Raugintų kopūstų salotos su keptais svogūnais alyvuogių aliejus	9S	100g	0,94	10,04	5,24	111,40
Iš viso:			33,24	36,12	34,16	579,85

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai(tausojantis)	83A	230g	39,49	24,63	38,11	528,08
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			40,81	25,10	47,09	568,28

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų kepsneliai (augalinis, tausojantis)	7AA	400g	9,52	17,52	74,42	383,80
Daržovių padažas	15P	120g	2,57	12,26	10,46	168,72
Iš viso:			12,09	29,78	84,88	552,52

Gudaitienė
 Direktoriė
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15A	100g	21,67	14,99	10,93	262,96
Biri sorų kruopų košė	4Gar	100g	4,33	5,19	28,09	177,93
Salierų salotos, agurkai su aliejaus padažu	61S	150g	2,01	14,87	9,71	165,77
Iš viso:			28,01	35,05	48,73	606,66

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Čiulienos troškinyje su paprėmis (tausojantis)	7A	175g	35,93	22,66	18,36	404,81
Čiulienų salotos su raugintais kopūstais, aliejaus padažu	19S	170g	2,33	13,75	12,84	172,62
Iš viso:			38,26	36,41	31,20	577,43

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Čiulienos troškinyje su paprėmis, svogūnais (tausojantis)	11A	75/20/20g	17,84	32,05	9,17	528,48
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Čiulienų, čiulienų salotos su morkų sėklomis, nesaldinto jogurto padažu	12S	75g	2,90	3,71	7,71	71,85
Iš viso:			21,83	37,64	28,46	665,83

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų paplotėliai (tausojantis)	114A	230g	15,80	16,01	95,54	577,65
Bananų desertas su jogurtu	3D	80/20g	1,56	0,39	19,70	85,00
Iš viso:			17,36	16,40	115,24	662,65

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	100g	25,63	39,08	4,29	469,85
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	40g	1,33	1,85	10,04	59,07
Daržovių salotos su krynais, aliejaus padažu	31S	100g	1,10	9,71	5,49	106,74
Iš viso:			28,06	50,64	19,82	635,66

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktorė
Aldina Gudaitienė

Trečiadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis)	10Sr	250/10/10g	3,66	9,61	17,02	162,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,62	10,25	34,08	248,85

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis)	10Sr	150/6/6g	2,19	5,76	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			3,67	6,08	18,74	140,70

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	150g	31,95	21,06	17,43	382,32
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Kopūstų salotos su agurkais, konservuotais kukurūzais, porais ir aliejaus padažu	3S	200g	3,36	10,48	13,52	147,64
Iš viso:			37,45	31,67	50,09	615,16

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	400g	18,62	23,26	69,62	543,84
Daržovių padažas	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			19,69	28,37	73,98	613,89

Gudaitienė
Direktore
Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	130g	34,94	23,67	11,12	397,37
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Salierų salotos su agurkais, obuoliais, saulėgrąžomis ir nesaldinto jogurto padažu	62S	150g	5,69	8,01	10,51	130,35
Iš viso:			42,85	35,52	36,93	629,87

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta jautiena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	32,48	25,46	10,41	393,11
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Burokėlių salotos su mar.agurkais, ž.žirneliais ir aliejaus padažu	20S	130g	3,29	12,32	11,92	158,85
Iš viso:			37,91	37,91	41,47	637,16

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos troškiny su ž.žirneliais (tausojantis)	4A	260g	42,82	17,60	24,36	427,73
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, al.aliejaus padažu.	53S	100g	0,90	9,60	8,38	116,27
Iš viso:			44,79	27,27	42,31	586,60

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti kotletai su sūriu (tausojantis)	23A	150g	41,52	30,44	4,53	453,08
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Burokėlių salotos su mar.agurkais, ž.žirneliais ir aliejaus padažu	20S	100g	2,53	9,48	9,17	122,19
Iš viso:			45,12	39,99	23,27	617,87

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos maltinukai (tausojantis)	28A	150g	27,50	20,55	28,02	402,51
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, nesaldinto jogurto padažu	53S	150g	2,61	0,63	11,63	54,15
Iš viso:			32,33	25,02	54,95	558,81

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su mėsa (tausojantis)	77A	225g	30,34	19,34	53,60	504,81
Jogurtinė grietinė 10%		50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			32,54	24,34	55,70	564,81

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Ketvirtadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių, perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	16S	250g	6,21	5,61	24,23	159,32
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,17	6,25	41,29	245,40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių, perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	16S	150g	3,73	3,37	14,54	95,59
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,69	4,01	31,60	181,67

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	100g	19,35	7,99	5,40	173,69
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Švž daržovių salotos su saulėgrąžomis ir al. aliejaus padažu	8S	100g	2,86	15,63	8,93	178,27
Iš viso:			23,57	25,97	28,81	433,84

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių -varškės voleliai (tausojantis)	55A	300g	16,02	8,07	86,79	476,10
Grietinė 30%	17P	30g	0,72	9,00	0,93	87,90
Iš viso:			16,74	17,07	87,72	564,00

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų ir pupelių apkepas (augalinis, tausojantis)	10AA	300g	16,71	12,9	64,23	383,34
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			18,85	23,12	72,95	523,44

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)	39A	200g	23,23	5,84	11,16	187,12
Biri grikių kruopų košė	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Burokėlių salotos su ž. žirneliais, svogūnais, aliejaus padažu	18S	100g	2,70	14,55	13,96	182,53
Iš viso:			29,36	25,90	58,67	574,30

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	150g	29,25	11,85	8,10	260,54
Biri nešlifuočių ryžių košė	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	150g	1,61	14,81	10,59	171,69
Iš viso:			33,58	31,36	47,64	595,99

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa	47A	300g	20,61	8,91	69,15	433,80
Grietinė 30%	17P	50g	1,20	15,00	1,55	146,50
Iš viso:			21,81	23,91	70,70	580,30

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis su paukštienos file	45A	250g	27,33	20,93	46,43	476,28
Grietinė 30%	17P	40g	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			28,29	32,93	47,67	593,48

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)	59A	250g	12,23	48,40	19,03	552,13
Pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			14,23	48,40	26,03	584,13

Pietūs val.*

9 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis)	84A	220g	31,39	24,86	33,40	477,47
Trinti bananai su jogurtu	11D	80/20g	1,56	0,39	19,70	85,00
Iš viso:			32,95	25,25	53,10	562,47

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Penktadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	250g	1,88	5,19	12,09	98,93
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,84	5,83	29,15	185,01

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	150g	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,09	3,75	24,31	145,44

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	150g	31,85	18,83	14,27	352,56
Virti lęšiai (tausojantis)	14Ga	40g	5,11	0,23	11,25	63,11
Pekininių kopūstų salotos su pomidorais, porais, al. aliejaus padažu (augalinis)	24S	100g	1,31	9,76	4,47	105,91
Iš viso:			38,27	28,82	29,99	521,58

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais (augalinis, tausojantis)	11AA	230g	4,92	23,67	24,91	311,19
Trinti pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			6,92	23,67	31,91	343,19

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių - daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	400g	16,68	8,72	99,80	518,28
Trinti pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			18,68	8,72	106,80	550,28

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštiesenos kepinukai (tausojantis)	32A	100g	22,21	11,77	11,98	241,26
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	6,13	5,51	33,55	102,33
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	100g	1,08	9,70	10,05	127,27
Iš viso:			30,94	27,58	83,46	582,86

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškiny su ž.žirneliais (tausojantis)	4A	200g	31,45	15,52	18,67	320,38
Šviežių daržovių salotos su saulėgrąžomis, aliejaus padažu	8S	150g	4,29	23,45	13,40	267,41
Iš viso:			35,74	38,97	32,07	587,79

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiena (šlaunelių mėsa) su padažu(tausojantis)	29A	150/60g	37,83	33,31	9,70	482,49
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	75g	2,49	3,47	18,83	110,76
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			41,22	36,98	31,73	607,25

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštiesenos šlaunelių mėsa (tausojantis)	31A	150g	34,22	23,32	0,97	352,56
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	150g	1,62	14,55	15,08	190,91
Iš viso:			37,20	40,22	30,53	625,35

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (tausojantis)	89A	250g	30,00	16,73	50,80	475,33
Ekologiškas jogurtas Dobilas su obuoliais ir grūdais		100g	3,60	3,10	15,00	106,00
Iš viso:			33,60	19,83	65,80	581,33

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Albina Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Pirmadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	24Sr	250g	2,60	5,51	19,05	128,19
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,56	6,15	36,11	214,27

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	24Sr	150g	1,56	3,30	11,43	76,91
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,52	3,94	28,49	162,99

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukuliai (tausojantis)	35A	150g	38,19	16,04	7,31	318,54
Biri nešlifuoti ryžių kruopų košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Daržovių salotos su kmyvais, aliejaus padažas	31S	120g	1,32	11,65	6,59	128,09
Iš viso:			40,87	30,04	28,37	528,51

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	88A	250g	35,68	28,25	37,95	542,58
Trintos braškės	15D	100g	0,90	0,40	9,70	41,00
Iš viso:			36,58	28,65	47,65	583,58

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (tausojantis)	80A	300g	35,67	17,16	71,79	573,69
Uogų desertas su jogurtu	2D	80/20g	1,16	0,47	6,98	29,80
Iš viso:			36,83	17,63	78,77	603,49

Gudaitienė
Direktoriė
Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštiesenos kepinukai (tausojantis)	32A	120g	26,65	14,12	14,38	361,89
Biri nešlifuoti ryžių kruopų košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu	35S	150g	1,35	14,33	5,49	148,31
Iš viso:			29,36	30,80	34,35	592,08

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštiesenos file kepsnys (tausojantis)	34A	150g	37,01	15,39	9,51	342,72
Biri nešlifuoti ryžių kruopų košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Pupelių, porų, obuolių salotos su aliejaus padažu	25S	120g	6,61	11,86	21,96	201,50
Iš viso:			44,98	29,60	45,95	626,10

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštiesenos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	340g	59,30	19,58	18,29	472,94
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Iš viso:			62,37	22,34	35,07	575,27

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiesenos file su padažu (tausojantis)	29A	150/60g	51,00	13,32	10,32	358,28
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu	35S	100g	0,90	9,55	3,66	98,87
Iš viso:			54,97	25,63	30,76	559,48

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštiesenos šlaunelių mėsa (tausojantis)	31A	150g	36,66	24,99	1,04	380,58
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6S	150g	2,04	7,79	9,29	103,46
Iš viso:			41,77	35,54	27,10	586,37

Pietūs val.*

9 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su razinomis (tausojantis)	86A	200g	29,88	20,43	38,25	456,45
Uogų tyrė	17D	100g	1,00	1,00	18,30	95,40
Iš viso:			30,88	21,43	56,55	551,85

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Albina Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Antradienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su mėsos kukuliais (tausojantis)	18Sr	250g	8,47	7,63	13,94	153,86
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			11,43	8,27	31,00	239,94

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su mėsos kukuliais (tausojantis)	18Sr	150g	5,08	4,58	8,36	92,32
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,04	5,22	25,42	178,40

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos-kiaulienos maltinukai (tausojantis)	26A	150g	43,85	19,77	10,38	408,32
Bulvių košė su pienu	3Gar	50g	0,90	1,11	7,94	50,19
Pekino kopūstų agurkų, porų salotos su aliejaus padažu	54 S	100g	1,37	9,81	4,02	104,61
Iš viso:			46,12	30,69	22,34	563,12

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	300g	13,98	17,46	52,23	407,88
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			16,12	27,68	60,95	547,98

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (tausojantis)	89A	250g	30,00	16,73	50,80	475,33
Ekologiškas jogurtas "Dobilas" su obuoliais ir grūdais		100g	4,10	2,50	14,80	115,00
Iš viso:			34,10	19,23	65,60	590,33

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos(sprandinė) troškiny su švž.troškintais kopūstais (tausojantis)	6A	200g	24,89	47,20	10,03	552,05
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Paprika	40S	50g	0,65	0,25	3,30	14,50
Iš viso:			26,61	47,52	22,90	609,15

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Malti kiaulienos voleliai su morkomis (tausojantis)	24A	150g	21,68	18,41	26,31	348,68
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	100g	2,11	3,79	13,40	94,49
Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu	3S	150g	2,52	7,86	10,14	110,73
Iš viso:			26,31	30,06	49,85	553,90

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	120g	25,56	16,85	13,94	305,86
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Burokėlių salotos su agurkais, pupelėmis, aliejaus padažu	21S	120g	3,82	14,56	15,48	193,44
Iš viso:			31,60	35,24	44,72	601,45

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta veršiena su padažu (tausojantis)	1A	125/75g	37,84	20,56	13,21	406,46
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, salotomis, aliejaus padažu	45S	150g	1,97	11,10	5,22	119,88
Iš viso:			40,87	31,73	28,00	568,94

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Trečiadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)	23Sr	250g	1,77	5,45	15,55	111,40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,73	6,09	32,61	197,48

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)	23Sr	150g	1,06	3,27	9,33	66,84
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,02	3,91	26,39	152,92

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštiesenos kepinukai (tausojantis)	32A	100g	22,21	11,77	11,98	241,26
Biri perlinių kruopų košė	6G	100g	3,32	4,62	25,11	147,68
Pupelių, porų, obuolių salotos su aliejaus padažu	25S	100g	5,51	9,88	18,30	167,92
Agurkai	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Iš viso:			31,44	26,37	56,54	562,36

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais ir griekiais (augalinis, tausojantis)	5AA	200g	8,87	21,87	61,81	409,49
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			11,01	32,09	70,53	549,59

Gudaitis
Direktorė
Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių - daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	300g	12,51	6,54	74,85	388,71
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			14,65	16,76	83,57	528,81

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kalakutienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	33A	100/30/30g	32,29	8,52	13,79	254,05
Biri nešlifuočių ryžių košė	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Brokolių salotos su porais, obuoliais, aliejaus padažu	43S	150g	3,33	15,06	12,44	184,14
Iš viso:			37,66	27,11	47,94	561,01

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	150g	38,13	9,17	6,09	253,46
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Kopūstų salotos su porais, aliejaus padažu	1S	150g	2,40	14,82	9,90	168,09
Iš viso:			42,75	27,83	31,29	523,70

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos troškiny su ž.žirneliais (tausojantis)	4A	250g	46,63	14,53	23,35	386,58
Špinatų salotos su pekininiais kopūstais, ridikėliais, aliejaus padažu	55S	150g	2,06	14,75	5,12	153,47
Iš viso:			48,68	29,27	28,47	540,04

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė

Trečiadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17S	250g	6,07	5,50	24,36	155,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,03	6,14	41,42	242,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17S	150g	3,64	3,30	14,61	93,57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,60	3,94	31,67	179,65

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	100g	20,53	11,88	10,93	232,06
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu	43S	150g	2,96	14,99	11,54	177,39
Iš viso:			25,53	30,39	44,18	532,27

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	250g	34,33	16,85	55,88	504,73
Trinti kiviai su jogurtu	12D	80/20g	1,40	0,63	12,34	52,20
Iš viso:			35,73	17,48	68,22	556,93

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašišos file (tausojantis)	37A	120g	31,33	26,40	2,02	368,96
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Troškintų daržovių asorti su jogurtinės grietinės-pomidorų padažu	10Ga	150g	5,00	3,09	12,45	129,68
Iš viso:			37,69	31,84	28,95	580,52

Gudaitienė
 Direktoriė
 Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena, tausojantis)	50A	250g	20,70	13,50	54,65	415,83
Grietinė 30%	17P	50g	1,20	15,00	1,55	146,50
Iš viso:			21,90	28,50	56,20	562,33

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su mėsa (kiauliena, tausojantis)	53A	150g	21,05	18,73	63,60	501,80
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			22,75	23,73	65,70	561,80

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru (tausojantis)	52A	250g	16,40	14,28	64,48	448,53
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			18,10	19,28	66,58	508,53

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos dešrelės (tausojantis)	36A	130g	9,33	36,91	1,18	373,15
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	150g	1,61	14,81	10,59	171,69
Iš viso:			10,94	51,71	11,77	544,84

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	14AA	300g	21,18	9,18	68,64	388,59
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu	43S	150g	2,96	14,99	11,54	177,39
Iš viso:			24,14	24,17	80,18	565,98

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitis
Direktorė
Albina Gudaitienė

Penktadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba (tausojantis)	25Sr	250g	7,10	7,90	22,36	175,40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			10,06	8,54	39,42	261,48

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba (tausojantis)	25Sr	150g	4,26	4,74	13,42	105,24
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,22	5,38	30,48	191,32

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15A	120g	26,00	17,99	13,12	315,55
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Salierų salotos su agurkais, morkomis, al. aliejaus padažu	61S	150g	2,01	14,87	9,71	165,77
Iš viso:			31,08	35,61	39,60	583,65

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų lakštų plokštainis su varške, špinatais (tausojantis)	69A	330g	42,99	29,11	47,84	606,85
Pomidorai savo sultyse		100g	2,00		7,00	32,00
Iš viso:			44,99	29,11	54,84	638,85

Gudaitienė

Direktorė
Albina Gudaitienė

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų-cukinių apkepas (augalinis, tausojantis)	9AA	300g	5,4	5,07	38,49	199,8
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	150g	1,62	14,55	15,08	190,91
Iš viso:			9,16	29,84	62,29	530,81

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos-kiaulienos maltinukas (tausojantis)	26A	100g	29,23	13,18	6,92	272,21
Sorų kruopų košė	4Gar	75g	3,25	3,89	21,07	133,44
Daržovių salotos su feta, aliejaus padažu	32S	100g	4,89	15,84	4,86	177,57
Iš viso:			37,37	32,91	32,85	583,22

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškiny su lęšiais (tausojantis)	7A	175g	33,72	19,73	17,27	373,35
Morkų salotos su česnakų, aliejaus padažu	11S	150g	1,59	14,31	13,44	173,77
Iš viso:			35,31	34,04	30,71	547,12

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	100g	26,88	18,21	8,55	305,67
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	100g	1,08	9,70	10,05	127,27
Iš viso:			30,00	31,44	40,31	555,76

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Gudaitienė
Direktorė
Albina Gudaitienė