

Druskininkų savivaldybės Leipalingio progimnazija

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-6 metų

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 08:00 iki 17:00 val.

Direktorė, Asta Černiauskienė

1 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	KOŠ-01	180.00	8.24	8.17	35.17	247
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			14.06	12.81	50.84	375

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 bulvėmis (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-1	150.00	1.39	2.12	10.26	66
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kiaulienos plovai su plikytai ryžiais (tausojantis)	KR-01-1	150.00	18.95	13.52	23.33	291
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	20.00	0.20	0.04	1.74	8
Agurkai (augalinis)	SAL-024	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	SAL-076	40.00	0.53	3.29	2.99	44
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.00	0.09	0
Iš viso:			22.69	20.74	53.06	490

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-16	130.00	18.72	9.15	37.17	306
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.20	10
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	50.00	0.20	0.20	6.50	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			19.72	9.98	46.58	355
Iš viso (dienos davinio):			56.47	43.53	150.48	1220

*** Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

1 Savaitė, Antradienis

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 sviestu (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-02	200.00	8.84	10.45	39.00	285
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	15.00	0.08	0.02	2.10	9
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Kakava su pienu be cukraus (P) [*]	Gėr-55	150.00	2.55	1.88	3.68	42
Iš viso:			11.95	12.83	60.38	405

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 daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-03	150.00	1.35	3.15	8.37	67
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Garintas vištienos kukulis (tausojantis) (K) [*]	K-21	70.00	16.08	5.81	3.39	130
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	80.00	1.91	4.80	13.63	105
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	SAL-06	40.00	0.43	3.28	3.81	46
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.00	0.09	0
Iš viso:			21.65	18.91	45.26	438

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai (G, K, P) [*]	KR-27	120.00	9.95	10.66	52.82	347
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.20	10
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.10	40
Iš viso:			11.03	11.57	64.83	408
Iš viso (dienos davinio):			44.63	43.31	170.47	1250

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

1 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-06	150.00	5.35	4.63	27.89	175
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P) [*]	U-09	48.00	6.75	7.91	14.05	154
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.40	0.40	13.00	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			12.50	12.94	54.94	386

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-05	150.00	1.63	3.32	12.74	87
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Varškės apkepas (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-04	120.00	19.43	14.36	19.61	285
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	20.00	0.10	0.02	2.80	12
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P) [*]	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	40.00	0.40	0.08	3.48	16
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	40.00	1.16	0.24	8.80	42
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.00	0.09	0
Iš viso:			25.06	20.51	62.65	535

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Konvekciniėje krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	GAR-07	140.00	3.46	5.75	31.22	190
Agurkai (augalinis)	SAL-024	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	30.00	1.47	0.06	4.74	25
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.40	0.40	13.00	57
Pienas 2,5 % riebumo (P) [*]	GĖR-11	150.00	5.10	3.75	7.35	84
Iš viso:			10.67	10.02	57.00	361
Iš viso (dienos davinio):			48.23	43.47	174.59	1283

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

1 Savaitė, Ketvirtadienis

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 sviestu (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-04	150.00	5.58	6.44	32.52	210
Trinta varškytė su uogomis (P) [*]	U-06	80.00	8.94	5.09	8.47	115
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			15.00	12.01	56.59	394

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (P, SA) [*]	SR-06	150.00	1.71	6.66	12.24	116
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G) [*]	UŽ-963	10.00	0.95	0.74	6.24	35
Troškinta vištiena (tausojantis) (G, P, SA) [*]	KR-30	80.00	21.54	7.05	2.73	161
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	80.00	1.91	4.80	13.63	105
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	20.00	0.20	0.04	1.74	8
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir kons. kukurūzais (augalinis)	SAL-18	40.00	0.58	3.33	2.67	43
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0.00	0.22	1
Iš viso:			27.07	22.66	39.93	472

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės - bulvių kukulaičiai (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-22	150.00	13.44	10.34	45.66	329
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P) [*]	PAD-06	25.00	1.10	0.95	1.18	18
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	60.00	0.24	0.24	7.80	34
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			14.78	11.53	54.64	381
Iš viso (dienos davinio):			56.85	46.20	151.16	1248

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

1 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu (tausojantis) (K, P) [*]	KR-45	100.00	13.22	15.31	1.53	197
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Agurkai (augalinis)	SAL-024	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			15.45	16.16	32.94	339

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių, miežinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (G, SA) [*]	SR-07	150.00	3.30	3.35	17.36	113
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kepta lašišos filė (tausojantis) (Ž) [*]	KR-14	70.00	16.79	14.24	0.62	198
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	70.00	2.07	0.09	17.94	81
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	20.00	0.66	0.09	1.26	8
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-08	40.00	0.66	1.65	3.94	33
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			25.02	19.71	56.10	502

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su vištiena ir sūriu (G, K, P) [*]	Kr-577	140.00	18.52	11.03	30.80	297
Jogurtinis padažas su žalumynais (P) [*]	PAD-03	20.00	0.87	0.70	1.27	15
Agurkai (augalinis)	SAL-024	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Pomidorai (augalinis)	SAL-05	30.00	0.30	0.06	1.23	7
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			19.93	11.85	33.99	322
Iš viso (dienos davinio):			60.40	47.72	123.03	1163

^{*}**Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

2 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-06	200.00	7.13	6.17	37.19	233
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			12.95	10.81	52.86	361

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis) (SA) [*]	Sr-16	150.00	3.85	3.26	14.97	105
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kiaulienos maltinukas (tausojantis) (K) [*]	Kr-28	75.00	13.91	7.32	9.77	161
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-65	70.00	3.09	0.76	16.98	87
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	20.00	0.20	0.04	1.74	8
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Gūžinės salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis ir porais (augalinis)	Sal-5	40.00	0.41	3.29	1.74	38
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0.00	0.22	1
Iš viso:			23.07	15.00	60.77	470

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Blynėliai su bananais (G, K, P) [*]	KR-26	120.00	8.88	9.52	46.14	306
Trinti persikai (augalinis)	PAD-040	15.00	0.08	0.02	2.10	9
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	50.00	0.20	0.20	6.50	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			9.82	10.31	55.45	354
Iš viso (dienos davinio):			45.84	36.12	169.08	1185

*** Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

2 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su sviestu (tausojančios) (P)*	KOŠ-03	150.00	3.20	6.75	27.14	182
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.20	10
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu (G, K, P)*	U-08	53.00	4.43	5.64	14.23	125
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			8.25	12.93	59.17	386

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojančios, augalinis) (G, SA)*	SR-09	150.00	2.02	3.27	16.33	103
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	10.00	0.24	3.00	0.31	29
Viso grūdo duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Bulvių plokštainis su kauliena (P)*	Kr-4647	110.00	10.15	7.59	22.08	197
Grietinė (padažas) 30 % riebumo (P)*	PAD-025	15.00	0.36	4.50	0.47	44
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Pekino kopūstų salotos su pomidorais (augalinis)	SAL-24	40.00	0.53	3.32	1.88	40
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			15.00	22.01	56.51	484

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (G, K, P)*	KR-10	120.00	19.96	15.46	21.97	307
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P)*	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.20	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	50.00	0.20	0.20	6.50	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			20.96	16.29	31.38	356
Iš viso (dienos davinio):			44.21	51.23	147.06	1226

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

2 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (G, P) [*]	SR-19	150.00	5.07	5.99	22.44	164
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P) [*]	U-09	48.00	6.75	7.91	14.05	154
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.40	0.40	13.00	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			12.22	14.30	49.49	376

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 ir bulvėmis (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-25	150.00	2.64	3.21	12.45	89
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Kiaulienos ir jautienos maltinukas (tausojantis) (K) [*]	KR-08	70.00	13.65	7.31	7.92	152
Konvekciniėje krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	GAR-07	70.00	1.73	2.88	15.61	95
Agurkai (augalinis)	SAL-024	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-10	40.00	0.45	3.26	1.98	39
Vanduo su agurku	GĖR-04	150.00	0.02	0.00	0.05	0
Iš viso:			20.36	18.53	53.98	464

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su vištiena ir sūriu (tausojantis) (G, P) [*]	KR-1151	120.00	19.24	12.66	35.33	332
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	30.00	0.30	0.06	2.61	12
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	30.00	0.87	0.18	6.60	32
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			20.41	12.90	44.54	376
Iš viso (dienos davinio):			52.99	45.73	148.01	1216

*** Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ-05	150.00	5.29	5.78	36.89	221
Grūdėta varškė 7 %rieb.	Užk-5	70.00	8.40	4.90	1.89	85
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.40	0.40	13.00	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			14.27	11.16	54.72	376

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis) (G, SA)*	SR-10	150.00	1.44	3.20	11.14	79
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-02	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Garintas vištienos filė kukulis (tausojantis) (K)*	K-214	70.00	18.72	3.53	3.39	120
Virti kietųjų kviečių makaronai (augalinis, tausojantis) (G)*	GAR-8	75.00	3.08	3.08	21.60	126
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Pomidorai (augalinis)	SAL-05	20.00	0.20	0.04	0.82	4
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	SAL-06	40.00	0.43	3.28	3.81	46
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.00	0.09	0
Iš viso:			25.49	14.90	55.50	458

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis) (K, P)*	KR-31	100.00	10.79	12.91	1.92	167
Viso grūdo duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	30.00	1.47	0.06	4.74	25
Agurkai (augalinis)	SAL-024	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.40	0.40	13.00	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			14.23	13.66	34.38	317
Iš viso (dienos davinio):			53.99	39.72	144.60	1152

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

2 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kviečių dribsnių košė su sviestu ir bananais (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-10	200.00	7.01	7.35	39.70	253
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	80.00	0.32	0.32	10.40	46
Kakava su pienu be cukraus (P) [*]	Gėr-55	150.00	2.55	1.88	3.68	42
Iš viso:			15.22	13.71	53.85	400

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (tausojantis) (P, SA) [*]	SR-036	150.00	3.55	6.80	15.02	135
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G) [*]	UŽ-963	15.00	1.43	1.11	9.36	53
Žuvies (lydeka) maltinukas (tausojantis) (G, Ž, K) [*]	KR-141	80.00	15.13	4.82	3.46	118
Bulvių košė su žiediniais kopūstais (tausojantis) (P) [*]	GAR-040	80.00	2.16	3.11	9.59	75
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-03	20.00	0.66	0.09	1.26	8
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir žirneliais (augalinis)	SI-181	40.00	0.84	2.08	4.08	38
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			23.98	18.07	43.72	433

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su jautiena (G, K) [*]	KR-377	140.00	12.21	10.21	31.38	266
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	20.00	0.48	6.00	0.62	58
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Agurkai (augalinis)	SAL-024	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			13.32	16.42	34.67	340
Iš viso (dienos davinio):			52.52	48.20	132.24	1173

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

3 Savaitė, Pirmadienis

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 sviestu (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-02	200.00	8.84	10.45	39.00	285
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.20	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			9.46	10.99	56.80	364

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (G, SA) [*]	SR-09	150.00	2.02	3.27	16.33	103
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis) (K, P) [*]	KR-20	70.00	16.47	11.86	8.88	208
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-65	70.00	3.09	0.76	16.98	87
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.40	21
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	GAR-08	40.00	1.04	0.17	2.64	16
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0.00	0.22	1
Iš viso:			24.83	17.95	64.10	517

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 su varške (G, K, P) [*]	KR-07	120.00	13.25	11.59	49.36	355
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.20	10
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	50.00	0.20	0.20	6.50	29
Iš viso:			14.25	12.42	58.77	404
Iš viso (dienos davinio):			48.54	41.36	179.67	1285

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

3 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-06	200.00	7.13	6.17	37.19	233
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-04	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			12.95	10.81	52.86	361

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-08	150.00	4.32	3.26	16.28	112
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Garintas vištienos kukulis (tausojantis) (K) [*]	K-21	70.00	16.08	5.81	3.39	130
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-52	70.00	2.07	0.09	17.94	81
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Agurkai (augalinis)	SAL-024	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Gūžinės salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis ir porais (augalinis)	Sal-5	40.00	0.41	3.29	1.74	38
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.00	0.09	0
Iš viso:			24.76	14.32	55.41	450

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-16	130.00	18.72	9.15	37.17	306
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.20	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	50.00	0.20	0.20	6.50	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			19.72	9.98	46.58	355
Iš viso (dienos davinio):			57.43	35.11	154.85	1165

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

3 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis) (K, P)*	KR-31	100.00	10.79	12.91	1.92	167
Viso grūdo duona (G)*	U-1	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Agurkai (augalinis)	SAL-024	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	30.00	1.47	0.06	4.74	25
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			14.57	13.78	39.78	341

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA)*	SR-11	150.00	4.43	3.33	17.63	118
Viso grūdo duona (G)*	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis) (K)*	Kr-96	120.00	8.24	8.81	28.67	227
Grietinė (padažas) 30 % riebumo (P)*	PAD-025	25.00	0.60	7.50	0.78	73
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-01	50.00	0.50	0.10	4.35	20
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	50.00	0.40	0.10	1.15	7
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0.00	0.22	1
Iš viso:			15.52	20.07	66.83	510

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių troškiny su su kalakutiena (tausojantis) (SA)*	Kr-5	150.00	14.84	9.05	26.16	245
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.40	21
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.40	0.40	13.00	57
Iš viso:			16.08	9.67	44.88	331
Iš viso (dienos davinio):			46.17	43.52	151.49	1182

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

3 Savaitė, Ketvirtadienis

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 sviestu (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-04	150.00	5.58	6.44	32.52	210
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	10.00	0.09	0.04	1.47	7
Grūdėta varškė 7 % riebi.	Užk-5	80.00	9.60	5.60	2.16	97
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			15.75	12.56	51.75	383

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 bulvėmis (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-1	150.00	1.39	2.12	10.26	66
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Makaronai su vištiena ir sūriu (tausojantis) (G, P) [*]	KR-1151	130.00	20.84	13.72	38.27	360
Agurkai (augalinis)	SAL-024	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Pomidorai (augalinis)	SAL-05	20.00	0.20	0.04	0.82	4
Kopūstų salotos su morkomis ir paprikomis (augalinis)	SAL-078	40.00	0.58	3.30	2.76	43
Vanduo su agurku	GĖR-04	150.00	0.02	0.00	0.05	0
Iš viso:			24.64	20.95	66.81	554

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) (G, K, P) [*]	KR-04	120.00	19.43	14.36	19.61	285
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.20	10
Natūralus jogurtas 2,5 % riebumo (P) [*]	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.10	40
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			20.51	15.27	31.62	346
Iš viso (dienos davinio):			60.90	48.78	150.18	1283

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktorė, Asta Černiauskienė

3 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
5 grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis) (G, P) [*]	KOŠ-08	140.00	5.35	6.04	24.34	173
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P) [*]	U-09	45.00	6.33	7.42	13.17	145
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			12.16	13.94	53.11	387

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-16	150.00	1.80	3.21	10.34	77
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	10.00	0.24	3.00	0.31	29
Viso grūdo duona (G) [*]	U-1	25.00	1.33	0.23	14.03	64
Menkės maltinukai (tausojantis) (G, Ž, K) [*]	KR-24	70.00	13.85	3.61	4.35	105
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-04	80.00	1.91	4.80	13.63	105
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-11	30.00	0.36	0.37	3.13	17
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-08	40.00	0.66	1.65	3.94	33
Vanduo su agurku	GĖR-04	150.00	0.02	0.00	0.05	0
Iš viso:			20.41	16.93	50.47	436

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su vištiena ir sūriu (G, K, P) [*]	Kr-577	120.00	15.87	9.45	26.40	254
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-02	20.00	0.48	6.00	0.62	58
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	70.00	0.28	0.28	9.10	40
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			17.02	15.88	38.10	363
Iš viso (dienos davinio):			49.59	46.75	141.68	1186

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai