**1 savaitė 2022 m.**

**Pirmadienis Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė, g** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-mai, g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-vand. g** |
| Miežinių kruopų košė su sviestu(82%) (1,7) | 3-3/30T | 280/20 | 8,4 | 4,8 | 55,8 | 300,0 |
| Viso grūdo duona su sviestu(82%) ir virta dešra(1,7) | 16-1/1 | 100/20/80 | 80,0 | 12,1 | 45,4 | 333.0 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,2 | 0,6 |
| **Iš viso:** | **88,4** | **16,9** | **101,4** | **633,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė, g** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Viso grūdo keksiukai su obuoliais ir cinamonu(1,3,8,11) | 16-8/171 | 200 | 12,6 | 32,0 | 48,4 | 531,2 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **12,6** | **32,0** | **48,4** | **531,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė, g** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Burokėlių sriuba(tausojanti) | 1-3/39AT | 150 | 2,1 | 4,8 | 17,4 | 121,5 |
| Vištienos kukulis su morkomis (3) | 10-3/61T | 180/20 | 40,4 | 7,8 | 2,6 | 242,4 |
| Virta bulvių ir brokolių košė (7) | 4-3/61T | 100/50 | 3,4 | 2,1 | 20,1 | 112,9 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Morkų, obuolių ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi(9, 11) | 2-1/21A | 200 | 4,2 | 29,6 | 26,0 | 264,6 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **53,1** | **44,9** | **83,2** | **827,5** |
| **Pavakariai 17.00** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 120 | 0,5 | 0,5 | 15,6 | 68,6 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė, g** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Pieniška ryžių sriuba (1,7) | 1-3/32T | 300 | 12,1 | 16,8 | 29,2 | 446,4 |
| Viso grūdo ruginė duona su sv.(82%) ir netikru kiaulienos kumpinės zuikiu (1, 7,3 ) | 11-7/140T | 40/10/50 | 15,1 | 11,7 | 25,3 | 267,3 |
| **Iš viso:** | **21,6** | **20,6** | **55,5** | **782,4** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **175,0** | **114,4** | **288,5** | **2774,7** |

**1 savaitė**

**Antradienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė, g** | **Energ. Vertė****Kcal** |
|  |
| **Balty-mai, g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-vand. G** |
| Virti varškėčiai su grūdo miltais ir grietinė | 7-3/60T | 300 | 37,8 | 7,2 | 53,7 | 327,6 |
| Viso grūdo duona su sviestu(82%) ir virta dešra(1,7) | 16-1/1 | 100/20/80 | 80,0 | 12,1 | 45,4 | 333.0  |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,2 | 0,6 |
| **Iš viso:** | **117,8** | **19,3** | **99,3** | **661,2** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė,g** | **Energ.****Vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| 2,5% geriamas jogurtas (7) |  | 200 | 5,55 | 1,9 | 31,2 | 197,6 |
| Viso grūdo spelta miltų duoniukai (1) | 16-8/163A | 100 | 8,7 | 7,9 | 25,2 | 207,2 |
| **Iš viso:** | **14,3** | **9,8** | **56,4** | **404,8** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė,g** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Tiršta agurkinė sriuba su bulv. perl. kr. ir mork.(1) | 1-3/25AT 4 | 150 | 3,02 | 3,5 | 24,2 | 140,0 |
| Maltas kiaulienos šnicelis (tausojantis) | 15 A | 100 | 21,16 | 19,51 | 8,47 | 305,79 |
| Bulvių košė | 4 Gar | 100 | 2,25 | 3,79 | 16,19 | 106,76 |
| Virtų burokėlių salotos su šv. obuoliais ir aliejaus padažu | 2-3/63A | 200 | 1,8 | 1,94 | 20,0 | 138,0 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **31,23** | **29,34** | **85,96** | **776,65** |
| **Pavakariai 17.00** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 120 | 0,5 | 0,5 | 15,6 | 68,6 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Virtos dešrelės | 37 A | 100 | 7,18 | 28.38 | 0.94 | 287,04 |
| Orkaitėje keptos bulvės su aliejumi | 4 – 8 /163A | 100 | 1,9 | 2,7 |  16,6 | 102 |
| Arbata nesaldi | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,02 | 0,06 |
| Viso grūdo ruginė duona su sv.(82%) ir pomidoru (1,7) | 16-1/3 | 80/10/10 | 5,5 | 8,4 | 30,6 | 220,1 |
| **Iš viso:** | **15,08** | **39,98** | **66,6** | **677,8** |
|  **Iš viso(dienos davinio) :**  | **178,4** | **98,42** | **308,26** | **2520,4** |

**1 savaitė**

**Trečiadienis2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-mai, g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-vand. g** |
| Grikių košė su pienu ir sviestu  | 3-3/40T  | 200 | 32,3 | 13,2 | 38,2 | 401,3 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,02 | 0,06 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu(82%)ir ferm. sūriu (45%) (1,7) | 16-1/5 | 40/10/50 | 14,3 | 17,8 | 23,9 | 313,7 |
| **Iš viso:** | **46,6** | **31,0** | **62,1** | **715,1** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Morkų pyragas (1,7,3,8,11 ) | 15-8/165 | 150 | 11,1 | 22,4 | 42,4 | 416,1 |
| Pienas (7) |  | 180 | 5,7 | 4,5 | 8,4 | 97,5 |
| **Iš viso:** | **16,8** | **26,9** | **50,8** | **513,6** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| **Ž**irnių sriuba su bulvėmis ir morkomis | 1-3/24AT | 150 | 3,9 | 3,3 | 15,0 | 105,2 |
| Virtų bulvių cepelinai su mėsa ( 3 )(kiauliena) |  | 300/50 | 24,6 | 17,5 | 64,8 | 507,0 |
| Grietinės padažas (7) |  | 50 | 0,60 | 7,5 | 0,78 | 73,25 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **32,1** | **28,9** | **177,48** | **771.55** |
| **Pavakariai 17 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos , daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Viso grūdo makaronai su kiauliena (1) | 11-5/101T | 150/50 | 17,4 | 3,8 | 42,2 | 272,8 |
| Švieži arba rauginti agurkai |  Nr. 43 | 50 | 0,40 | 0,10 | 1,15 | 5,50 |
| Viso grūdo duona su sviestu(82%) ir virta dešra(1,7) | 16-1/1 | 100/20/80 | 80,0 | 12,1 | 45,4 | 333.0 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **98,00** | **16,5** | **107,1** | **691,6** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **193,5** | **103.3** | **397,48** | **26591,8** |

**1 savaitė**

**Ketvirtadienis2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Omletas su svogūnų laiškais ( 3) | 8-8/160T | 200 | 18,6 | 20,6 | 16,4 | 266,4 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru ( 1, 7 ) | 16-1/3 | 150/2030 | 8,8 | 13,4 | 49,0 | 352,2 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **27,4** | **34,0** | **65,4** | **618,6** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9 %) ir obuoliais (1,7) | 16-8/160 | 200 | 17,6 | 10,0 | 51,4 | 368,4 |
| Arbata nesaldi | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,02 | 0,06 |
| **Iš viso:** | **17,6** | **10,0** | **51,4** | **368,5** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis | 1-3/28AT | 150 | 1,9 | 3,15 | 13,2 | 88,6 |
| Kalakutienos kukulis su morkomis (3) | 10-3/62T | 150/50 | 40,0 | 8,0 | 2,2 | 240,6 |
| Viso grūdo makaronai su alyv .aliejumi (1) | 6-3/61AT | 200 | 9,2 | 4,0 | 49,0 | 269,7 |
| Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi | 2-1/6A | 150 | 2,0 | 8,9 | 6,4 | 114,0 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **56,1** | **24,6** | **87,9** | **798,5** |
| **Pavakariai 17 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos ir daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,5 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Koldūnai su varške 9%, česnakų ir aguonų įdaru ir nesaldintu jogurtu 2,5% (1,7,3) | 7-3/63T 10 | 200/50 | 25,4 | 14,8 | 61,2 | 476,8 |
| Ruginė duona su sv.82% ir sūriu 13% varškės(1,7) | 16-1/1 | 70/10/20 | 12,0 | 11,8 | 24,2 | 251,2 |
|  Arbata nesaldi | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **37,4** | **26,6** | **85,4** | **728,0** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **138,5** | **95,2** | **494,8** | **2513,6** |

**1 savaitė**

**Penktadienis2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Tiršta manų košė su selenėlėmis ir sviestu 82% (1, 7) | 3-3/47T | 300 | 12,3 | 7,2 | 53,7 | 327,6 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu (1,7) | 16-1/4 | 40/10/50 | 14,3 | 17,8 | 23,9 | 313,7 |
| Arbata nesaldinta | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,02 | 0,06 |
| **Iš viso:** | **26,6** | **25,0** | **77,6** | **641,4** |
|  |  |  |  |  |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Viso grūdo keksiukai su obuoliais ir cinamonu(1,3,8,11) | 16-8/171 | 200 | 12,6 | 32,0 | 48,4 | 531,2 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **12,6** | **32,0** | **48,4** | **531,2** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Rūgštynių sriuba | 1-3/22AT | 200 | 10,9 | 44,9 | 13,15 | 309,5 |
| ,,Karališkieji balandėliai‘‘ | 63A | 200/200 | 39,84 | 23,75 | 12,03 | 416,49 |
| Grietinės padažas su pomidorų padažu | 2P | 40 | 0,95 | 6,95 | 3,80 | 81,14 |
| Virtos bulvės | 2Gar | 100 | 2,02 | 2,99 | 18,33 | 107,04 |
| Žaliųjų žirnelių salotos | 49S | 100 | 3,68 | 6,68 | 213,46 | 114,29 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **60,39** | **85,87** | **277,87** | **1114,56** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Varškės (9 %) apkepas su razinomis (1,3,7 ) | 7-8/168T | 220 | 28,0 | 17,6 | 17,8 | 325,6 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5%) (7) |  | 15 | 0,71 | 0,38 | 0,68 | 9,0 |
| Nesaldinta arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Viso grūdo rug. duona su sv.(82%) ir virta dešra(1,7) | 16-1/1 | 130/20/50 | 80,0 | 13,2 | 68,1 | 333,0 |
| **Iš viso:** | **109,3** | **31,7** | **106,1** | **753,4** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **208,8** | **174,5** | **509,9** | **3040,5** |

**1 savaitė**

**Šeštadienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Orkaitėje apkepti lietiniai blynai su varškės (9%) – špinatų įdaru (1,7,3) | 7-8/163 | 110/55 | 13,9 | 9,5 | 24.8 | 240,1 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Jogurtinis padažas su žalumynais ( jogurtas 2,5%) (7) | 14-1/2 | 100 | 4,1 | 12,0 | 6,3 | 149,4 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%) (1,7) | 16-1/1 | 140/20/40 | 24,0 | 23,6 | 48,2 | 500,4 |
| **Iš viso:** | **42,0** | **45,1** | **79,3** | **889,9** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****Vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Morkų pyragas (1,3,7,8,11 ) | 15-8/165 | 200 | 14,8 | 29,8 | 56,6 | 554,8 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0.02 | 0,06 |
| **Iš viso:** | **14,8** | **29,8** | **56,6** | **554,8** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Raugintų kopūstų sriuba  | 1-3/26AT | 150 | 7,6 | 7,5 | 6,9 | 45,0 |
| Paukštienos plovas | 3/A | 100/100 | 35,40 | 17,92 | 28,81 | 409,83 |
| Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai) |  |  100 | 0,3 | 0,2 | 2,3 | 12,2 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **46,3** | **26,22** | **55,11** | **553,13** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais , morkomis ir paprikomis | 10-5/102T | 150/50 | 29,8 | 9,8 | 18,8 | 282,8 |
| Nesaldi arbata  | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Viso grūdo rug. duona su sv.(82%) ir pomidoru(1,7) | 16-1/3 | 80/10/10 | 4,4 | 6,7 | 24,5 | 176,1 |
| **Iš viso:** | **34,8** | **17,1** | **44,0** | **544,7** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **137,9** | **118,2** | **235,01** | **2542,5** |

**1 savaitė**

**Sekmadienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Virtas kiaušinis (3) | 8-3/60T1 | 100 | 12,3 | 11,7 | 0,7 | 157,3 |
| Jogurtinis padažas su žalumynais ( jogurtas 2,5%) (7) | 14-1/2 | 50 | 2,05 | 6,0 | 3,1 | 74,7 |
| Viso grūdo ruginė duona su sv.(82%) ir saulėgr., linų, sėmenų, sezamo sėklų užtepėle (1, 7,11) | 16-1/2 | 80/10/10 | 10,4 | 17,8 | 42,8 | 372,5 |
| Viso grūdo rug. duona su sv.(82%) ir pomidoru(1, 7) | 16-1/3 | 80/10/10 | 4,4 | 6,7 | 24,5 | 176,1 |
| Arbatžolių arbata ( nesaldinta) | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **29,1** | **42,2** | **71,1** | **780,6** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Avižiniai sausainiai su morkomis ir bananais(1,3) | 16-8/166 | 150 | 10,1 | 6,4 | 65,0 | 364,4 |
| Arbatžolių arbata ( nesaldinta) | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **10,1** | **6,4** | **65,0** | **229,4** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Perlinių kruopų sriuba (tausojanti) | 1-3/40AT | 150 | 2,1 | 4,8 | 17,4 | 121,60 |
| Kepta su garais liesa( lydeka) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis). | 9-7/144T | 200 | 34,2 | 45,2 | 10,0 | 548,8 |
| Virtos bulvės  | 4-3/65AT | 120 | 2,5 | 0,1 | 22,6 | 101,5 |
| Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi | 2-1/6A | 150 | 2,0 | 8,9 | 6,4 | 114,0 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **33,3** | **43,3** | **62,9** | **766,1** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 120 | 0,5 | 0,5 | 15,6 | 68,6 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Vištienos šaltiena su morkomis ir žirneliais  | 10-3/63T10 | 200 | 30,2 | 4,4 | 6,8 | 194,0 |
| Virtos bulvės | 4-3/65AT7 | 120 | 2,47 | 0,12 | 22,6 | 101,5 |
| Nesaldi arbata  | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| Viso grūdo rug. duona su sv.(82%) ir pomidoru(1,7) | 16-1/3 | 80/10/10 | 4,4 | 6,7 | 24,5 | 176,1 |
| **Iš viso:** | **37,7** | **11,8** | **73,4** | **557,4** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **110,0** | **106,6** | **272.4** | **2333,5** |

**2savaitė**

**Pirmadienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Virtos dešrelės su pomidorų padažu |  | 100/30 | 14,2 | 28,4 | 0,94 | 287,04 |
| Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (1) | 6-3/61AT | 100 | 4,6 | 2,0 | 24,5 | 134,6 |
| Arbata nesaldinta | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,02 | 0,06 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%)ir fermentiniu (45%) sūriu (1,3) | 16-1/4 | 70/10/20 | 14,3 | 17,8 | 23,9 | 313,7 |
| **Iš viso:** | **33,1** | **48,2** | **49,4** | **735,4** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| 2,5% geriamas jogurtas (7) |  | 200 | 5,55 | 1,9 | 31,2 | 197,6 |
| Viso grūdo spelta miltų duoniukai (1) | 16-8/163A | 100 | 8,7 | 7,9 | 25,2 | 207,2 |
| **Iš viso:** | **14,3** | **9,8** | **56,4** | **404,8** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Pupelių sriuba(tausojanti) | 1-3/47AT10 | 150 | 4,35 | 4,2 | 5,0 | 114,75 |
| Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais , morkomis ir paprikomis | 10-5/102T | 150/50 | 29,8 | 9,8 | 18,8 | 282,8 |
| Troškintos morkos su ryžiais (9,10,11) | 4-5/104AT | 150/50 | 4,0 | 9,0 | 41,4 | 338,6 |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu | 2-1/19A | 150 | 2,1 | 13,6 | 6,6 | 16,3 |
| Viso grūdo ruginė duona(1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **43,3** | **37,2** | **88,9** | **838,5** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai , uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
|  **Vakarienė 19 val.** |  |  |  |  |  |  |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Pieniška (2,5%)miežinių kruopų sriuba su sviestu (82%) (1,7) | 1-3/31AT | 300 | 6,9 | 9,0 | 21,3 | 194,1 |
| Viso grūdo duona su sviestu(82%) ,saulėgrąžų, linų, sėmenų, sezamo sėklų užtepėle (7, 11) | 16-1/2 | 70/10/20 | 10,4 | 17,8 | 42,8 | 372,5 |
| **Iš viso:** | **17,8** | **27,3** | **79,7** | **635,2** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **108,5** | **122,5** | **274,4** | **2613,9** |

**2 savaitė**

**Antradienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais  | 6-6/102 | 200 | 13.2 | 17,4 | 58.6 | 223,2 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Iš viso:** | **27,4** | **34,0** | **65,4** | **618,6** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Viso grūdo avižinis pyragas su avietėmis ( 1,3 ) | 16-8/168 | 100 | 8,8 | 14,0 | 40,4 | 322,8 |
| Pienas (7 ) |  | 180 | 5,7 | 4,5 | 8,4 | 97,5 |
| **Iš viso:** | **14,5** | **18,5** | **48,8** | **420,3** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis ir morkomis(tausojantis) | 1-3/27AT | 150 | 2,5 | 3,3 | 14,8 | 99,2 |
| Kepti su garais kiaul. zrazai su virtų kiauš. ir svogūnų įdaru (1, 3 ) | 11-7/141T 10 | 180/10/10 | 35,2 | 20,2 | 22,0 | 410,4 |
| Raugintų kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių al. | 2-1/7A7 | 150 | 1,33 | 10,66 | 9,30 | 138.47 |
| Viso grūdo ruginė duona (1 ) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Bulvių košė su sviestu (82%) ( 7 ) | 4-3/64T | 150 | 25,8 | 5,5 | 23,4 | 154,4 |
| **Iš viso:** | **67,8** | **40,3** | **86,6** | **888,5** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Kepti varškėčiai su aguonomis ir kukurūzų kruop.(7, 3) | 7-8/160T 6 | 100 | 19,9 | 13,3 | 18,2 | 272,7 |
| Jogurtinis padažas ( jogurtas 2,5%) (7) | 14-1/2 | 50 | 2,0 | 6,0 | 3,15 | 74,7 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Viso grūdo ruginė duona su sv.(82%) ir ferm. sūriu(45%) ( 1,7) | 16-1/4 3 | 40/10/50 | 14,3 | 17,8 | 23,9 | 313,7 |
| Sezoniniai vaisiai , uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Iš viso:** | **36,8** | **37,7** | **64.7** | **746,9** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **146,5** | **130,5** | **265,5** | **2674,3** |

**2 savaitė**

**Trečiadienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. Vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Virti koldūnai su varškės (9%), česnakų ir aguonų įdaru su nesald. jogurtu (7,3,1) | 7-3/63T 10 | 200/50 | 25,4 | 14,8 | 61,2 | 476,8 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės (13%) sūriu (1,7) | 16-1/1 | 100 | 12,0 | 11,8 | 24,2 | 251,2 |
| Nesaldinta arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| **Iš viso:** | **38,0** | **27,2** | **104,9** | **813,8** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****Vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Aguonų pyragas su obuoliais ir bananais (1,3) | 16-6/165 | 200 | 11,6 | 16,6 | 41,2 | 360,6 |
| Nesaldinta arbata  | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **11,6** | **16,6** | **41,2** | **360,6** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****Vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (1)(tausojantis) | 1-3/38AT | 150 | 3,7 | 5,1 | 20,7 | 143,7 |
| Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis( 1,3,11) | 10-7/143 | 200 | 48,6 | 23,6 | 10,6 | 461,2 |
| Virtos bulvės  | 4-3/65AT | 120 | 2,5 | 0,1 | 22,6 | 101,5 |
| Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis | 2-3/62A | 130 | 1,9 | 3,4 | 13,6 | 92,4 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **51,9** | **28,8** | **102,8** | **884,9** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos ir daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,5 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****Vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Bananiniai blynai (1,3) | 3-9/180 10 | 200 | 17,4 | 17,0 | 66,4 | 488,0 |
| Jogurtinis padažas (jogurtas 2,4%) (7) | 14-1/2 | 50 | 2,0 | 6,0 | 3,15 | 74,7 |
| Viso grūdo duona su sviestu (82%)ir virta dešra(1,7) | 16-1/1 | 50/10/40 | 40,0 | 6,6 | 22,7 | 166,5 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,02 | 0,06 |
| **Iš viso:** | **60,0** | **30,2** | **111,8** | **815,1** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **161,5** | **102,8** | **360,7** | **2874,4** |

**2 savaitė**

**Ketvirtadienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Ryžių košė su alyvuogių aliejumi | 3-3/36AT | 300 | 7,5 | 6,6 | 82,2 | 418,2 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu (1,7) | 16-1/4 | 70/10/20 | 14,3 | 17,8 | 23,9 | 313,7 |
| Arbata nesaldinta | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Iš viso:** | **21,8** | **24,4** | **130,5** | **731,9** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Morkų pyragas (1,3,7,8,11 ) | 15-8/165 | 200 | 14,8 | 29,8 | 56,6 | 554,8 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0.02 | 0,06 |
| **Iš viso:** | **14,8** | **29,8** | **56,6** | **554,8** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis(tausojantis) | 1-3/24AT4 | 150 | 3,84 | 3,29 | 14,8 | 104,3 |
| Kepti su garais jautienos kukulaičiai (3) | 12-7/141T6 | 200 | 40,4 | 26,4 | 7,0 | 428,8 |
| Virta bulvių ir brokolių košė (7) | 4-3/61T | 200 | 4,6 | 2,8 | 26,8 | 150,8 |
| Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu(2,5%) (7) | 2-1/14 | 100 | 1,5 | 0,7 | 2,8 | 23,1 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **53,3** | **33,8** | **68,5** | **793,1** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****Vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Varškės (9 %) apkepas su razinomis (1,3,7 ) | 7-8/168T | 220 | 28,0 | 17,6 | 17,8 | 325,6 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5%) (7) |  | 15 | 0,71 | 0,38 | 0,68 | 9,0 |
| Nesaldinta arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Viso grūdo rug. duona su sv.(82%) ir virta dešra(1,7) | 16-1/1 | 130/20/50 | 80,0 | 13,2 | 68,1 | 333,0 |
| **Iš viso:** | **108,7** | **31,7** | **106,1** | **753,4** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **198,6** | **119,7** | **361,7** | **2833,2** |

**2 savaitė**

**Penktadienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Lietiniai blynai apkepti orkaitėje su varškės (9%) – špinatų įdaru (7,1, 3 ) | 7-8/163 | 200 | 25,4 | 17,2 | 45,2 | 436,6 |
| Ruginė duona su sv.82% ir varškės sūriu 13%(1,7) | 16-1/1 | 70/10/20 | 12,0 | 11,8 | 24,2 | 251,2 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Iš viso:** | **37,4** | **29,0** | **69,4** | **687,8** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Viso grūdo keksiukai su obuoliais ir cinamonu(1,3,8,11) | 16-8/171 | 200 | 12,6 | 32,0 | 48,4 | 531,2 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **12,6** | **32,0** | **48,4** | **531,2** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Tiršta agurkinė sriuba su bulv.perl. kr.ir mork.(1)(tausojantis) | 1-3/25AT 4 | 150 | 3,02 | 3,5 | 24,2 | 140,0 |
| Apkepti natūralūs kotletai. |  24A | 100 | 21,12 | 22,07 | 3,68 | 293,61 |
| Biri ryžių kruopų košė | 5Gar | 50 | 1,28 | 2,34 | 13,83 | 78,34 |
| Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos. |  8S | 100 | 1,22 | 6,67 | 5,67 | 82,66 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **29,64** | **35,18** | **64,48** | **680,71** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 120 | 0,5 | 0,5 | 15,6 | 68,6 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Ryžių plovas su vištienos file | 10-5/111T | 200 | 24,2 | 11,4 | 32,0 | 327,0 |
| Švieži arba rauginti agurkai |  Nr. 43 | 50 | 0,40 | 0,10 | 1,15 | 5,50 |
| Nesaldinta arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Viso grūdo ruginė duona su sv.(82%) ir ferm.sr.( 1,7) | 16-1/4 | 70/10/20 | 14,4 | 17,8 | 23,9 | 313,7 |
| **Iš viso:** | **39,4** | **29,3** | **77,0** | **735,0** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **140,1** | **122,3** | **243,4** | **2823,6** |

**2 savaitė**

**Šeštadienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Orkaitėje apkepti viso grūdo lavašo suktinukai su vištiena (1,3,11) | 10-8/162T10 | 300 | 48,3 | 19,8 | 57,3 | 601,8 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu 82% ir varškės sūriu 13% (1,7) | 16-1/1 | 70/10/20 | 12,0 | 11,8 | 24,2 | 251,2 |
| **Iš viso:** | **60,3** | **31,6** | **81,5** | **853,0** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Avižiniai sausainiai su morkomis ir bananais(1,3) | 16-8/166 | 200 | 10,1 | 6,4 | 65,0 | 364,4 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **10,1** | **6,4** | **65,0** | **364,4** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) | 1-3/28AT | 150 | 1,9 | 3,15 | 13,2 | 88,6 |
| Paukštienos filė | 31A | 100 | 24,52 | 14,46 | 7,17 | 255,52 |
| Sviesto ir grietinės padažas | 3P | 20 | 0,35 | 10,51 | 0,45 | 97,52 |
| Bulvių košė | 4 Gar | 100 | 2,25 | 3,79 | 16,19 | 106,76 |
| Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais. | 2S | 100 | 1,11 | 9,17 | 4,61 | 98,66 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **56,1** | **57,95** | **69,3** | **939,0** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (1,3,7) | 4-8/160T8 | 240 | 29,2 | 19,0 | 59,32 | 525,57 |
| Jogurtinis padažas su žalumynais ( jogurtas 2,5%) (7) | 14-1/2 | 50 | 2,0 | 6,0 | 3,15 | 74,7 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu ir pomidoru(1,7) | 16-1/3 | 80/10/10 | 4,4 | 6,7 | 24,5 | 176,1 |
| **Iš viso:** | **36,1** | **32,2** | **102,6** | **844,9** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **115,7** | **128,3** |  **284,8** | **2744,6** |

**2 savaitė**

**Sekmadienis 2022 Pusryčiai 8:35 val.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ. vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
|  |  |  |
| Virtas kiaušinis (3) | 8-3/60T1 | 100 | 12,3 | 11,7 | 0,7 | 157,3 |
| Jogurtinis padažas su žalumynais ( jogurtas 2,5%) (7) | 14-1/2 | 50 | 2,05 | 6,0 | 3,1 | 74,7 |
| Viso grūdo ruginė duona su sv.(82%) ir saulėgr.,linų, sėmenų, sezamo sėklų užtepėle (1, 7,11) | 16-1/2 | 80/10/10 | 10,4 | 17,8 | 42,8 | 372,5 |
| Viso grūdo rug. duona su sv.(82%) ir pomidoru(1, 7) | 16-1/3 | 80/10/10 | 4,4 | 6,7 | 24,5 | 176,1 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **29,1** | **42,2** | **71,1** | **780,6** |
| **Priešpiečiai 11.35 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal.** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-vand.,g** |
| Grikių miltų sausainiai (7) | 15-8/140 | 200 | 14,4 | 7,6 | 72,6 | 416,6 |
| Nesaldi arbata | 17-1/2 | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **14,4** | **7,6** | **72,6** | **416,6** |
| **Pietūs 14.45 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai,g** | **Rieba-****lai,g** | **Anglia-****vand.,g** |
| Burokėlių sriuba (tausojantis) | 1-3/39AT4 | 150 | 1,46 | 3,15 | 11,19 | 78,9 |
| Bulvių plokštainis su paukštiena, sviesto ir griet. Padažu (7) |  | 300/50 | 33,0 | 32,2 | 54,9 | 636,3 |
| Viso grūdo ruginė duona (1) |  | 40 | 3,0 | 0,6 | 17,1 | 86,1 |
| Vanduo |  | 200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| **Iš viso:** | **37,5** | **35,9** | **83,2** | **801,3** |
| **Pavakariai 17.00 val.** |
| Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės |  | 150 | 0,6 | 0,6 | 19,5 | 85,8 |
| **Vakarienė 19 val.** |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp.****Nr.** | **Išeiga** | **Patiekalo maistinė vertė** | **Energ.****vertė****kcal** |
| **Balty-****mai, g** | **Rieba-****lai, g** | **Anglia-****vand., g** |
| Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena (1) | 11-5/101T | 150/50 | 17,4 | 3,8 | 42,2 | 272,8 |
| Kefyras (2,5%) (7) |  | 200 | 6,4 | 5,0 | 7,8 | 101,8 |
| Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir ferm. sūriu (1, 7) | 16-1/4 | 70/10/20 | 14,4 | 17,8 | 23,9 | 313,7 |
| **Iš viso:** | **38,8** | **27,2** | **93,4** | **774,1** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | **165,3** | **123,15** | **309,2** | **2930** |

**„ DIEMEDŽIO“ UGDYMO CENTRO**

**15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

**11- 14 metų mokiniams**

**2022 m. m.**