

Druskininkų savivaldybės Leipalingio progimnazija

Alėjos g. 26, Leipalingio mstl., Druskininkų sav.
(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų
(amžiaus grupė)

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

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	
Miežinių kruopų košė su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis) (G) [*]	KOŠ-17	130.00	3.15	6.43	26.65	177
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P) [*]	U-14	35.00	4.92	5.77	10.24	113
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.27	12.4	43.39	318

Pietūs 10:35 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-18	150.00	1.12	2.62	6.97	56
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G) [*]	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kiaulienos troškiny su plikytais ryžiais (tausojantis)	KR-01-1	140.00	15.05	10.55	20.08	235
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-01	20.00	0.23	0.24	1.98	11
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Kopūstų salotos su morkomis ir paprikomis (augalinis)	SAL-25	30.00	0.43	1.52	2	23
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			18.3	18.16	43.2	409

Vakarienė 14:30 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	120.00	15.8	8.27	25.27	239
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-12	10.00	0.44	0.38	0.47	7
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	10.00	0.09	0.04	1.47	7
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.53	8.89	33.71	281
Iš viso dienos davinio :			43.1	39.45	120.3	1009

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

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	
Grikių košė su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis)	KOŠ-13	150.00	4.92	7.79	27.54	200
Sūrio lazdelė (P) [*]	U-09	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.46	12.15	34.11	288

Pietūs 10:35 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-03	150.00	1.98	2.41	9.38	67
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G) [*]	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Troškinta vištiena (tausojantis) (G, P, SA) [*]	KR-30	60.00	16.16	5.29	2.05	120
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-12	60.00	1.26	2.54	11.37	73
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.4	21
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-04	20.00	0.66	0.49	1.26	12
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	Sal-247	30.00	0.31	0.76	1.87	16
Vanduo su mėta	GĖR-02	150.00	0.01	0	0.03	0
Iš viso:			22.26	14.79	41.89	390

Vakarienė 14:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai (G, K, P) [*]	KR-26a2	100.00	8.7	8.46	42.93	283
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	10.00	0.09	0.04	1.47	7
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-12	10.00	0.44	0.38	0.47	7
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	40.00	0.16	0.16	5.2	23
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.39	9.04	50.07	319
Iš viso dienos davinio :			42.11	35.98	126.07	997

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

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 augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis) (G) [*]	KOŠ-16	150.00	2.93	5.29	25.69	162
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu (G, K, P) [*]	U-16	38.00	3.18	4.04	10.2	90
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Kakava su pienu be cukraus (P) [*]	GĖR-13	150.00	2.97	2.31	4.58	51
Iš viso:			9.28	11.84	46.97	332

Pietūs 10:35 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-01	150.00	1.28	2.67	10.04	69
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G) [*]	U-02	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Kalakutienos maltinukas (tausojantis) (G, K) [*]	Kr-32	70.00	15.73	5.41	8.92	147
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-08	70.00	3.09	0.76	16.98	87
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Apkeptos cukinijos (tausojantis, augalinis)	GAR-095	20.00	0.24	0.22	0.68	6
Kopūstų salotos su morkomis ir paprikomis (augalinis)	SAL-25	30.00	0.43	1.52	2	23
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			22.42	14.17	61.35	463

Vakarienė 14:30 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	120.00	10.75	5.27	31.74	217
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-05	20.00	0.48	6	0.62	58
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.55	11.59	42.76	322
Iš viso dienos davinio :			43.25	37.6	151.08	1116

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

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	
Avižinių dribsnių košė su augaliniu gėrimu (tausojantis) (G)*	KOŠ-12	130.00	4.06	7.64	23.82	180
Trinta varškytė su uogomis (P)*	U-12	60.00	6.71	3.82	6.35	87
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.17	11.86	43.17	324

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis) (SA)*	SR-21	150.00	1.19	4.26	9.57	81
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi (G)*	U-07	10.00	0.97	0.84	6.34	37
Troškinta vištienos krūtinėlė (tausojantis) (G, P, SA)*	KR-303	60.00	18.86	3.41	1.75	113
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-10	60.00	1.77	0.08	15.38	69
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Gūžinės salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis ir porais (augalinis)	Sal-5	30.00	0.31	1.26	1.2	17
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
Iš viso:			24.07	10.38	47.53	380

Vakarienė 14:30 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	90.00	9.96	11.4	37.06	291
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-12	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.76	12.03	39.97	311
Iš viso dienos davinio :			46	34.27	130.67	1015

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

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	
Kukurūzų košė su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis)	KOŠ-14	130.00	1.1	6.93	22.16	155
Viso grūdo duona su sviestu ir varškės sūriu (G, P)*	U-15	38.00	5.1	5.26	11.96	116
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Obuolių sultys (augalinis)	GĖR-10	100.00	0.1	0.1	10	41
Iš viso:			6.44	12.35	46.32	322

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis, tausojantis) (SA)*	SR-145	150.00	1.37	2.42	9.37	65
Duona (G)*	U-02	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Žuvies (lydeka) maltinukas (tausojantis) (G, K, Ž)*	KR-141	70.00	13.24	4.21	3.02	103
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-02	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Garinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	Sal-214	20.00	0.5	0.36	0.9	9
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-08	30.00	0.49	1.24	2.96	25
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			18.7	11.11	50.89	378

Vakarienė 14:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų pieno ška sriuba (tausojantis) (G, P)*	SR-08	130.00	4.38	4.99	17.89	134
Keptas sumuštinis su fermentiniu sūriu (G, P)*	UŽ-258	38.00	5.64	7.95	9.9	134
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.34	13.26	38.19	313
Iš viso dienos davinio :			35.48	36.72	135.4	1014

* **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

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	
Ryžių košė su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis)	KOŠ-18	120.00	2.67	5.41	28.1	172
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu (G, K, P)*	U-16	38.00	3.18	4.04	10.2	90
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Kakava su pienu be cukraus (P)*	GĖR-13	150.00	2.97	2.31	4.58	51
Iš viso:			8.96	11.82	45.08	323

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA)*	SR-04	150.00	1.17	2.46	8.51	61
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G)*	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Maltas vištienos krūtinėlės kukulis (tausojantis) (K)*	K-216	60.00	16.05	3.03	2.89	103
Virti kietųjų kviečių makaronai (augalinis, tausojantis) (G)*	GAR-09	60.00	2.46	2.46	17.28	101
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.4	21
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-01	20.00	0.23	0.24	1.98	11
Ridikų, cukinijų, morkų ir kopūstų salotos (augalinis)	Sal-25	30.00	0.34	1	1.75	17
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su apelsinu ir mėtų lapeliais	GĖR-07	150.00	0.05	0.01	0.58	3
Iš viso:			22.58	12.9	61.92	454

Vakarienė 14:30 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	90.00	14.97	11.59	16.48	230
Trinti persikai (augalinis)	PAD-16	20.00	0.1	0.02	2.8	12
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-12	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.05	12.5	30.39	298
Iš viso dienos davinio :			47.59	37.22	137.39	1075

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

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	
Avižinių dribsnių košė su augaliniu gėrimu (tausojantis) (G)*	KOŠ-12	130.00	4.06	7.64	23.82	180
Trinta varškytė su bananais ir jogurtu (P)*	U-11	60.00	6.24	3.52	8.09	89
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.62	11.48	42.31	315

Pietūs 10:35 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-07	120.00	2.59	1.96	9.77	67
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G)*	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kiaulienos ir jautienos maltinukas (tausojantis) (K)*	KR-08	60.00	11.7	6.26	6.79	130
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-02	60.00	1.41	1.95	10.21	64
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Garinti briuselio kopūstai (tausojantis, augalinis)	GAR-094	20.00	0.86	0.4	1.26	12
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	SAL-06	30.00	0.32	2.46	2.86	35
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			18.83	16.67	56.73	452

Vakarienė 14:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Byneliai su bananais (G, K, P)*	KR-26	100.00	7.4	7.93	38.45	255
Trinti persikai (augalinis)	PAD-16	20.00	0.1	0.02	2.8	12
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-12	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.38	8.71	42.19	281
Iš viso dienos davinio :			37.83	36.86	141.23	1048

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

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	
Sorų košė su troškintais obuoliais ir cinamonu su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis)	KOŠ-02	130.00	3.93	5.23	31.28	188
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P) [*]	U-14	45.00	6.33	7.42	13.17	145
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.26	12.65	44.45	333

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA) [*]	SR-17	150.00	2.18	4.25	13.89	103
Duona (G) [*]	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Garintas vištienos filė kukulis (tausojantis) (K) [*]	K-214	60.00	16.05	3.03	2.91	103
Perlinis kuskusas (tausojantis, augalinis) (G) [*]	Kr-223	60.00	3.12	0.97	18.56	95
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	GAR-07	20.00	0.52	0.48	1.32	12
Pekino kopūstų salotos su pomidorais (augalinis)	SAL-24	30.00	0.4	2.49	1.41	30
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	60.00	0.24	0.24	7.8	34
Vanduo su citrina ir mėtos lapeliais	GĖR-06	150.00	0.06	0.02	0.5	2
Iš viso:			23.79	11.7	58.07	433

Vakarienė 14:30 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	100.00	16.19	11.97	16.34	238
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.77	12.45	32.28	308
Iš viso dienos davinio :			50.82	36.8	134.8	1074

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

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	
5 grūdų dribsnių košė su augaliniu gėrimu (tausojantis) (G)*	KOŠ-11	150.00	4.1	7.43	24.6	182
Grūdėta varškė 7 %rieb. (P)*	Užk-5	50.00	8	4.5	1.75	80
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.68	12.41	42.29	332

Pietūs 10:35 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-15	150.00	1.01	2.68	8.03	60
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-05	5.00	0.12	1.5	0.16	15
Duona (G)*	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Virtų bulvių cepelinai su kalakutiena (tausojantis) (K)*	Kr-35	100.00	8.73	3.36	23.98	161
Grietinė (padažas) 30 % riebumo (P)*	PAD-08	20.00	0.48	6	0.62	58
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Pienas 2,5 % riebumo (P)*	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			17.37	17.65	57.96	460

Vakarienė 14:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su grietinėės ir sūrio padažu (tausojantis) (G, P)*	KR-40	120.00	10.23	12.13	32.32	279
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	20.00	0.98	0.04	3.16	17
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.63	12.31	37.26	306
Iš viso dienos davinio :			41.68	42.37	137.51	1098

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

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	
Grikių košė su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis)	KOŠ-13	140.00	4.59	7.27	25.7	187
Sūrio lazdelė (P)*	U-09	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.33	11.83	38.77	303

Pietūs 10:35 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-23	150.00	2.61	2.64	13.71	89
Duona (G)*	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kepta lašišos filė (tausojantis) (Ž)*	KR-14	60.00	15.6	13.02	0.58	182
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-10	60.00	1.77	0.08	15.38	69
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir žirneliais (augalinis)	SAL-20	30.00	0.63	1.56	3.06	29
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Vanduo su uogomis	GĖR-05	150.00	0.05	0.02	0.49	2
Iš viso:			22.34	17.84	52.72	461

Vakarienė 14:30 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
Duona (G)*	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis, tausojantis)	GAR-01	20.00	0.23	0.24	1.98	11
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	20.00	0.98	0.04	3.16	17
Obuolių sultys (augalinis)	GĖR-10	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			13.21	13.52	33.28	308
Iš viso dienos davinio :			45.88	43.19	124.77	1071

* **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

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	
Miežinių kruopų košė su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis) (G) [*]	KOŠ-17	130.00	3.15	6.43	26.65	177
Trinta varškytė su bananais ir jogurtu (P) [*]	U-11	50.00	5.2	2.94	6.75	74
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.75	9.77	46.4	309

Pietūs 10:35 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-10	150.00	1.43	2.68	11.59	76
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G) [*]	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kalakutienos troškiny su plikytai ryžiais (tausojantis)	KR-01-2	130.00	15.67	8.18	15.69	199
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-03	20.00	0.26	0.1	1.32	7
Garintos šparaginės pupelės (tausojantis, augalinis)	GAR-05	20.00	0.4	0.36	1.52	11
Burokėlių salotos su kepintomis saulėgrąžomis (tausojantis, augalinis)	Sal-589	30.00	1.17	2.71	3.61	44
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Vanduo su mėta	GĖR-02	150.00	0.01	0	0.03	0
Iš viso:			20.56	17.53	55.69	463

Vakarienė 14:30 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	100.00	8.29	8.88	44.02	289
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-12	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.09	9.51	46.93	310
Iš viso dienos davinio :			38.4	36.81	149.02	1081

*** 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	
Avižinių dribsnių košė su augaliniu gėrimu (tausojantis) (G)*	KOŠ-12	130.00	4.06	7.64	23.82	180
Sūrio lazdelė (P)*	U-09	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.72	12.12	34.29	285

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) (SA)*	SR-14	120.00	0.86	2.46	5.58	48
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G)*	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Tarkuotų bulvių plokštainis (G, K, P)*	Kr-46	100.00	3.63	1.12	20.84	108
Grietinė (padažas) 30 % riebumo (P)*	PAD-08	20.00	0.48	6	0.62	58
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	120.00	0.48	0.48	15.6	69
Pienas 2,5 % riebumo (P)*	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			11.85	16.99	61.52	446

Vakarienė 14:30 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	14.8	9.74	27.18	256
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.4	21
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	60.00	0.24	0.24	7.8	34
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			15.78	10.14	39.84	314
Iš viso dienos davinio :			37.35	39.25	135.65	1045

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

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	
Manų košė su cinamonu ir augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis) (G) [*]	KOŠ-16	150.00	2.93	5.29	25.69	162
Viso grūdo duona su sviestu ir varškės sūriu (G, P) [*]	U-15	45.00	6.04	6.23	14.16	137
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.17	11.72	46.35	328

Pietūs 10:35 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-13	150.00	3.32	3.25	13.22	95
Duona (G) [*]	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Garintas vištienos kukulis (tausojantis) (K) [*]	K-21	60.00	13.78	4.98	2.89	112
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-08	60.00	2.65	0.65	14.56	75
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Garinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	Sal-214	20.00	0.5	0.36	0.9	9
Gūžinės salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis ir porais (augalinis)	Sal-5	30.00	0.31	1.26	1.2	17
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Vanduo su apelsinu	GĖR-03	150.00	0.02	0	0.22	1
Iš viso:			22	10.92	51.17	391

Vakarienė 14:30 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	120.00	15.8	8.27	25.27	239
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-12	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Obuolių sultys (augalinis)	GĖR-10	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			17.01	9.26	44.15	328
Iš viso dienos davinio :			48.18	31.9	141.67	1047

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

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	
Kukurūzų košė su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis)	KOŠ-14	120.00	1.02	6.4	20.46	144
Grūdėta varškė 7 %rieb. (P)*	Užk-5	60.00	9.6	5.4	2.1	95
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-18	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.12	12.2	35.9	298

Pietūs 10:35 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-02	120.00	0.79	1.41	5.62	38
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G)*	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Makaronai su jautiena ir grietinele ir sūriu (tausojantis) (G, P)*	KR-232I	100.00	9.51	12.19	21.51	234
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-05g	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	GAR-07	20.00	0.52	0.48	1.32	12
Kopūstų salotos su morkomis ir paprikomis (augalinis)	SAL-25	30.00	0.43	1.52	2	23
Vanduo su citrina	GĖR-01	150.00	0.01	0.01	0.18	1
Iš viso:			12.76	18.83	42.98	392

Vakarienė 14:30 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-11	150.00	5.07	5.99	22.44	164
Keptas sumuštinis su fermentiniu sūriu (G, P)*	Už-258	30.00	4.45	6.28	7.81	106
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.84	12.59	40.65	315
Iš viso dienos davinio :			33.72	43.62	119.53	1006

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

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	
Kviečių dribsnių košė su augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis) (G) [*]	KOŠ-15	130.00	3.27	5.53	24.64	161
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu (G, K, P) [*]	U-16	45.00	3.76	4.79	12.08	106
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.35	10.64	47.12	314

Pietūs 10:35 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-05	150.00	1.8	3.21	10.34	77
Grietinė 30 % riebumo (P) [*]	PAD-05	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona (G) [*]	U-02	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Šamo paplotėliai su morkomis (tausojantis) (G, K, P) [*]	KR-32	70.00	10.13	4.1	7.88	109
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) (P) [*]	GAR-02	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-02	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-16	20.00	0.58	0.12	4.4	21
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	SAL-21	30.00	0.82	1.55	3.72	32
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	100.00	0.4	0.4	13	57
Vanduo su citrina ir mėtos lapeliais	GĖR-06	150.00	0.06	0.02	0.5	2
Iš viso:			16.9	14.9	63.74	457

Vakarienė 14:30 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	100.00	16.19	11.97	16.34	238
Natūralus jogurtas (P) [*]	PAD-12	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Trinti persikai (augalinis)	PAD-16	20.00	0.1	0.02	2.8	12
Vaisiai (augalinis)	VAI-03	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.15	12.76	26.35	289
Iš viso dienos davinio :			41.4	38.3	137.21	1059

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