



Direktorė
Lina Bagdanavičienė

Druskininkų „Saulės“ pagrindinė mokykla

Druskininkai, Ateities g. 13

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 metų ir vyresnių

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 07:30 iki 17:30 val.

1 Savaitė, Pirmadienis

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)	SR-25	150.00	0.93	2.6	5.81	50
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kiaulienos troškiny su plikytai ryžiais (tausojantis)	KR-051	300.00	32.25	22.6	43.03	505
Įdaryta cukinija su daržovėmis, lęšiais, pievagrybiais ir ryžiais (tausojantis) (augalinis)	KR-021	300.00	9.18	4.41	30.39	198
Kepti varškėčiai (tausojantis)	KR-042	240.00	39.91	30.91	43.94	614
Kiaulienos nugarinės kepsnys užkeptas pievagrybiais, daržovėmis ir sūriu	KR-148	130.00	27.08	21.69	14.06	360
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-12	120.00	5.29	1.31	29.11	149
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-24	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-01	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Kopūstų salotos su morkomis ir paprikomis (augalinis)	SAL-21	50.00	0.72	4.13	3.45	54
Morkų - pomidorų padažas (tausojantis)(augalinis)	PAD-17	40.00	0.55	1.01	3.69	26
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	40.00	0.36	0.16	5.88	26
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-03	50.00	3.43	6.35	23.87	166
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-04	200.00	0.8	0.2	22.6	95
Iš viso:			123.85	99.6	273.37	2485
Iš viso dienos davinio :			123.85	99.6	273.37	2485



1 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)	SR-05	150.00	1.92	2.4	9.02	65
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Vištienos vėrinukai (tausojantis)	KR-127	130.00	38.74	10.22	4.25	264
Grikių - daržovių maltinukas (tausojantis, augalinis)	KR-020	200.00	10.32	8.06	64.18	371
Varškės apkepas (tausojantis)	KR-107	250.00	40.48	29.93	40.85	595
Troškinta vištiena (tausojantis)	KR-100	180.00	39.15	13.99	7.06	311
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis)	GAR-19	120.00	2.5	3.42	22.74	132
Perlinis kuskusas su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	GAR-23	120.00	5.43	1.54	30.31	157
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-13	40.00	1.16	0.24	8.8	42
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-07	40.00	1.32	0.98	2.51	24
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-38	50.00	0.52	1.27	3.11	26
Jogurtinis padažas su agurkais	PAD-14	40.00	1.48	1.21	1.97	25
Natūralus jogurtas	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	30.00	0.27	0.12	4.41	20
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GÉR-09	150.00	0	0	0	0
* Bandelė su varške (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-06	60.00	7.02	5.34	28.56	190
Iš viso:			153.82	83.55	271.85	2455
Iš viso dienos davinio :			153.82	83.55	271.85	2455

1 Savaitė, Trečiadienis
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)	SR-02	150.00	1.28	2.67	10.04	69
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	KR-074	140.00	30.04	12.78	14.22	292
Troškintos daržovės su bulvėmis ir kmynais (tausojantis)(augalinis)	KR-102	300.00	7.87	6.63	34.69	230
Makaronų lakštų plokštainis su varške, špinatais ir sūriu (tausojantis)	KR-071	300.00	36.21	25.93	49.89	578
Vištienos krūtinėlė užkepta daržovėmis ir sūriu	KR-138	150.00	33.54	14.7	17.1	335
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-12	120.00	5.29	1.31	29.11	149
Žirnių, bulvių ir morkų košė su sviestu (tausojantis)	KR-128	120.00	9.25	11.53	30.73	264
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Apkeptos cukinijos (tausojantis, augalinis)	SAL-35	40.00	0.48	0.64	1.36	13
Agurkų salotos su paprika, konservuotais kukurūzais ir špinatais (augalinis)	SAL-04	50.00	0.75	2.73	4.45	45
Jogurtinis padažas su žalumynais	PAD-03	40.00	1.74	1.39	2.55	30
Pievagrybių padažas (tausojantis)	PAD-07	40.00	1.66	5.57	3.75	72
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GÉR-09	150.00	0	0	0	0
*Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-07	200.00	0	0	30	120
Iš viso:			130.61	89.94	267.06	2400
Iš viso dienos davinio :			130.61	89.94	267.06	2400

1 Savaitė, Ketvirtadienis

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)	SR-31	150.00	1.18	2.61	9.5	66
Moliūgų sėklos (augalinis)	U-05	3.00	0.63	1.26	0.23	15
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi	U-06	20.00	1.94	1.48	12.68	72
Vištienos krūtinėlės juostelės su sezamo sėklomis	KR-141	130.00	32.7	18.82	17.88	372
Cukinių, bulvių, morkų blynai (augalinis)	KR-156	250.00	10.37	21.96	71.04	523
Virti varškėčiai (tausojantis)	KR-112	250.00	32.93	17.23	52.65	497
Kalakutienos maltinukas (tausojantis)	KR-024	140.00	30.91	10.93	12.87	273
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-15	120.00	3.54	0.16	30.76	139
Virtos birios perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (tausojantis, augalinis)	GAR-16	120.00	4.26	4.8	32.7	191
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-26	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis)	SAL-36	50.00	0.62	1.35	1.82	22
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-12	40.00	0.96	12	1.24	117
Natūralus jogurtas	PAD-06	30.00	1.32	1.14	1.41	21
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	30.00	0.27	0.12	4.41	20
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
*Pilno grūdo rageliai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-05	50.00	0	0	0	0
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-04	200.00	0.8	0.2	22.6	95
Iš viso:			124.07	95.14	301.35	2558
Iš viso dienos davinio :			124.07	95.14	301.35	2558

1 Savaitė, Penktadienis

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)	SR-16	150.00	1.37	2.42	9.37	65
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kepta lydekos filė (tausojantis)	KR-030	130.00	27.25	12.69	8.79	258
Lietiniai blynai su pievagrybiais ir daržovėmis (augalinis)	KR-158	250.00	10.9	10.88	58.06	374
Varškės - bulvių kukulaičiai (tausojantis)	KR-108	300.00	26.88	13.17	79.35	543
Makaronai su grietinėlės ir sūrio padažu (tausojantis)	KR-065	300.00	25.58	30.33	80.8	698
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Cukinių lazdelės su žolelių užpilu (augalinis)	SAL-10	40.00	0.54	1.96	1.74	27
Burokėlių salotos (augalinis)	SAL-05	50.00	0.82	2.06	4.93	42
Citrininis-grietinėlės padažas	PAD-22	40.00	0.67	10.01	1.01	97
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-12	40.00	0.96	12	1.24	117
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-01	40.00	10.68	8.32	0.14	118
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-03	50.00	3.43	6.35	23.87	166
Iš viso:			114.69	115.24	334.19	2833
Iš viso dienos davinio :			114.69	115.24	334.19	2833

2 Savaitė, Pirmadienis

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)	SR-06	150.00	1.03	2.46	7.33	56
Grietinė 36 % riebumo	PAD-24	10.00	0.23	3.5	0.31	34
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Vištienos kepsnys kukurūzų miltuose (tausojantis)	KR-124	130.00	31.07	9.62	10.49	253
Salierų, bulvių blynai su saulėgrąžomis	KR-002	250.00	9.55	13.82	55.98	387
Kiaušinių vyniotinis su varške (tausojantis)	KR-052	250.00	39.88	30.8	27.39	546
Vištiena saldžiarūgščiame padaže su daržovėmis (tausojantis)	KR-137	130.00	17.05	4.9	11.82	160
Virti kietųjų kviečių makaronai (augalinis, tausojantis)	GAR-13	120.00	4.92	4.92	34.56	202
Virtos birios perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (tausojantis, augalinis)	GAR-16	120.00	4.26	4.8	32.7	191
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-13	40.00	1.16	0.24	8.8	42
Apkepti morkų griežinėliai (augalinis, tausojantis)	GAR-01	40.00	0.46	0.49	3.97	22
Ridikų, cukinijų, morkų ir kopūstų salotos (augalinis)	SAL-34	50.00	0.56	1.67	2.92	29
Garstyčių-grietinės padažas	PAD-21	40.00	0.82	10.18	1.52	101
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-12	40.00	0.96	12	1.24	117
Natūralus jogurtas	PAD-06	30.00	1.32	1.14	1.41	21
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
*Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-07	200.00	0	0	30	120
Iš viso:			115.66	101.61	273.27	2470
Iš viso dienos davinio :			115.66	101.61	273.27	2470

2 Savaitė, Antradienis

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)	SR-10	150.00	3.24	2.45	12.21	84
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Meksikietiškas jautienos troškinys su pupelėmis ir kukurūzais	KR-143	200.00	20.4	9.34	17.34	235
Grikių blynėliai su cukinija ir morkomis (augalinis, tausojantis)	KR-150	300.00	14.61	17.91	88.05	572
Lietiniai blynai su varške	KR-059	220.00	25.52	15.64	57.88	474
Kiaulienos nugarinės kepsnys su sūriu	KR-049	150.00	37.67	31.86	15.24	498
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis)	GAR-19	120.00	2.5	3.42	22.74	132
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-15	120.00	3.54	0.16	30.76	139
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Garinti briuselio kopūstai (tausojantis, augalinis)	GAR-22	40.00	1.72	0.8	2.52	24
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	SAL-25	50.00	0.71	4.37	5.07	62
Varškės padažas su krapais ir česnakų	PAD-05	40.00	4.57	2.77	1.69	50
Trinti persikai (augalinis)	PAD-16	40.00	0.2	0.04	5.6	24
Pomidorų padažas	PAD-10	40.00	0.48	0	11.2	47
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-03	50.00	3.43	6.35	23.87	166
Iš viso:			121.62	99.26	338.95	2736
Iš viso dienos davinio :			121.62	99.26	338.95	2736



2 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	SR-24	150.00	2.11	0.24	13.73	66
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	20.00	1.06	0.18	11.22	51
Kalakutienos troškiny su plikytai ryžiais (tausojantis)	KR-016	300.00	36.15	18.88	36.2	459
Daržovių troškiny su avinžirniais (augalinis, tausojantis)	KR-011	300.00	18.65	22.93	68.6	555
Varškės apkepas su morkomis (tausojantis)	KR-105	250.00	34.8	27.5	45.08	567
Kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	KR-036	130.00	38.74	10.22	4.25	264
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-12	120.00	5.29	1.31	29.11	149
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	GAR-11	40.00	1.04	0.97	2.64	23
Pekino kopūstų salotos su pomidorais (augalinis)	SAL-29	50.00	0.66	4.15	2.35	49
Natūralus jogurtas	PAD-06	40.00	1.76	1.52	1.88	28
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	40.00	0.36	0.16	5.88	26
Grietinė-lėš-pomidorų padažas	PAD-13	40.00	0.86	11.96	1.34	116
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GÉR-09	150.00	0	0	0	0
* Bandelė su varške (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-06	60.00	7.02	5.34	28.56	190
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-04	200.00	0.8	0.2	22.6	95
Iš viso:			150.66	109.44	300.67	2790
Iš viso dienos davinio :			150.66	109.44	300.67	2790



2 Savaitė, Ketvirtadienis

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)	SR-21	150.00	1.01	2.68	8.03	60
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kepta vištienos krūtinėlė	KR-034	130.00	36.7	13.13	17.36	334
Įdaryta paprika su ryžiais, lęšiais ir daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	KR-022	300.00	11.78	5.15	47.1	282
Lietiniai blynai su varške	KR-059	220.00	25.52	15.64	57.88	474
Kalakutienos maltinukas su su cukinijomis (tausojantis)	KR-023	160.00	28.85	10.32	15.24	269
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Perlinis kuskusas su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	GAR-23	120.00	5.43	1.54	30.31	157
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-07	40.00	1.32	0.98	2.51	24
Gūžinės salotos su agurkais, morkomis, konservuotais kukurūzais ir špinatais (augalinis)	SAL-11	50.00	0.78	1.16	3.13	26
Morkų - pomidorų padažas (tausojantis)(augalinis)	PAD-17	40.00	0.55	1.01	3.69	26
Trinti persikai (augalinis)	PAD-16	40.00	0.2	0.04	5.6	24
Natūralus jogurtas	PAD-06	40.00	1.76	1.52	1.88	28
Grietinė-lės-pomidorų padažas	PAD-13	40.00	0.86	11.96	1.34	116
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-01	40.00	10.68	8.32	0.14	118
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-03	50.00	3.43	6.35	23.87	166
Iš viso:			134.72	87.85	283.28	2463
Iš viso dienos davinio :			134.72	87.85	283.28	2463

2 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių, miežinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	SR-34	150.00	2.61	2.64	13.71	89
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kepta lašišos filė (tausojantis)	KR-028	130.00	33.8	28.21	1.25	394
Virtų bulvių blynai su lęšiu įdaru (augalinis)	KR-118	250.00	14.14	9.7	80.02	464
Kepti varškėčiai su bananais	KR-040	250.00	35.15	26.96	47.77	574
Virtų bulvių plokštainis su kiauliena (tausojantis)	KR-123	300.00	30.22	28.74	90.13	740
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-15	120.00	3.54	0.16	30.76	139
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-26	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir žirneliais (augalinis)	SAL-06	50.00	1.05	2.6	5.1	48
Kario-grietinėlių padažas	PAD-23	40.00	0.66	10	0.89	96
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	40.00	0.36	0.16	5.88	26
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-12	40.00	0.96	12	1.24	117
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
*Pilno grūdo rageliai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-05	50.00	0	0	0	0
Iš viso:			125.72	122.52	323.14	2898
Iš viso dienos davinio :			125.72	122.52	323.14	2898



3 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	SR-12	150.00	1.43	2.68	11.59	76
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Kalakutienos troškiny su plikytai ryžiais (tausojantis)	KR-016	300.00	36.15	18.88	36.2	459
Kepti avinžirnių-cukinių paplotėliai (augalinis, tausojantis)	KR-037	250.00	20.15	12.48	72.38	482
Virti varškėčiai (tausojantis)	KR-112	250.00	32.93	17.23	52.65	497
Vištienos maltinukas užkeptas pievagrybiais, daržovėmis ir sūriu (tausojantis)	KR-155	160.00	35.04	11.32	10.67	285
Virtos birios perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (tausojantis, augalinis)	GAR-16	120.00	4.26	4.8	32.7	191
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-26	40.00	0.52	0.2	2.64	14
Garintos šparaginės pupelės (tausojantis, augalinis)	GAR-08	40.00	0.8	0.72	3.04	22
Burokėlių salotos su kepintomis saulėgrąžomis (tausojantis, augalinis)	SAL-39	50.00	1.95	4.51	6.01	72
Jogurtinis padažas su agurkais	PAD-14	40.00	1.48	1.21	1.97	25
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-12	40.00	0.96	12	1.24	117
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-04	200.00	0.8	0.2	22.6	95
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-03	30.00	2.06	3.81	14.32	100
Iš viso:			141.16	94.11	311.15	2656
Iš viso dienos davinio :			141.16	94.11	311.15	2656

3 Savaitė, Antradienis

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)	SR-18	150.00	0.89	2.56	5.82	50
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Tarkuotų bulvių plokštainis	KR-096	250.00	9.3	2.59	55.76	284
Perlinio kuskuso, lęšių ir daržovių troškinys (augalinis, tausojantis)	KR-132	300.00	19.96	9.23	88.25	516
Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	KR-122	200.00	36.15	25.23	57.53	602
Kiaulienos šašlykas (tausojantis)	KR-050	130.00	30.4	32.07	3.41	424
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-12	20.00	0.48	6	0.62	58
Pomidorų padažas	PAD-10	40.00	0.48	0	11.2	47
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis)	GAR-19	120.00	2.5	3.42	22.74	132
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-01	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-08	50.00	0.7	2.5	2.85	37
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Pienas 2,5 % riebumo	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
*Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-07	200.00	0	0	30	120
Iš viso:			109.31	91.58	331.23	2586
Iš viso dienos davinio :			109.31	91.58	331.23	2586

3 Savaitė, Trečiadienis

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)	SR-17	150.00	3.32	3.25	13.22	95
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Troškintas vištienos suktinukas (tausojantis)	KR-099	140.00	27.96	9.08	3.88	209
Kopūstų apkepas (tausojantis) (augalinis)	KR-053	200.00	8.36	10.57	105.42	550
Varškės apkepas su persikais (tausojantis)	KR-106	250.00	38.13	29.98	47.2	611
Lietiniai blynai su vištiena	KR-060	240.00	27.97	15.82	39.5	412
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-12	120.00	5.29	1.31	29.11	149
Žirnių, bulvių ir morkų košė su sviestu (tausojantis)	KR-128	120.00	9.25	11.53	30.73	264
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Garinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	GAR-21	40.00	1	0.72	1.8	18
Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis)	SAL-36	50.00	0.62	1.35	1.82	22
Kario-grietinėlių padažas	PAD-23	40.00	0.66	10	0.89	96
Grietinėlių-pomidorų padažas	PAD-13	40.00	0.86	11.96	1.34	116
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	40.00	0.36	0.16	5.88	26
Natūralus jogurtas	PAD-06	40.00	1.76	1.52	1.88	28
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
*Pilno grūdo rageliai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-05	50.00	0	0	0	0
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-04	200.00	0.8	0.2	22.6	95
Iš viso:			129.05	108.6	349.02	2890
Iš viso dienos davinio :			129.05	108.6	349.02	2890

3 Savaitė, Ketvirtadienis

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)	SR-04	150.00	0.93	1.76	6.63	46
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Makaronai su jautiena ir grietinėle (tausojantis)	KR-133	250.00	23.58	27.55	53.55	556
Salierų, bulvių blynai su saulėgrąžomis	KR-002	250.00	9.55	13.82	55.98	387
Kiaušinių vyniotinis su varške (tausojantis)	KR-052	250.00	39.88	30.8	27.39	546
Troškintas kiaulienos sprandinės kepsnys	KR-139	130.00	27.83	33.68	5.79	438
Morkų-bulvių košė (tausojantis)	GAR-20	120.00	2.38	5.62	16.09	124
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-15	120.00	3.54	0.16	30.76	139
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	GAR-11	40.00	1.04	0.97	2.64	23
Kopūstų salotos su morkomis ir paprikomis (augalinis)	SAL-21	50.00	0.72	4.13	3.45	54
Jogurtinis padažas su žalumynais	PAD-03	40.00	1.74	1.39	2.55	30
Natūralus jogurtas	PAD-06	40.00	1.76	1.52	1.88	28
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-01	20.00	5.34	4.16	0.07	59
* Sausainiai su sėklomis (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-03	50.00	3.43	6.35	23.87	166
Iš viso:			124.75	136.06	275.43	2825
Iš viso dienos davinio :			124.75	136.06	275.43	2825

3 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	SR-08	150.00	1.44	2.42	8.52	62
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	30.00	1.59	0.27	16.83	76
Keptas šamo file kepsnys	KR-033	130.00	25.58	12.87	1.78	225
Pupelių-daržovių troškiny	KR-089	300.00	20.27	4.67	63.92	379
Blyneliai su bananais	KR-004	220.00	16.28	17.45	84.59	561
Makaronų lakštų plokštainis su vištiena (tausojantis)	KR-072	250.00	29.42	19.48	28.1	405
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	120.00	2.82	3.9	20.42	128
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-13	40.00	1.16	0.24	8.8	42
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	SAL-07	50.00	1.37	2.59	6.2	54
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	40.00	0.36	0.16	5.88	26
Grietinė-lės-pomidorų padažas	PAD-13	40.00	0.86	11.96	1.34	116
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	200.00	0.8	0.8	26	114
Stalo vanduo	GÉR-09	150.00	0	0	0	0
* Bandelė su varške (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-06	60.00	7.02	5.34	28.56	190
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-01	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			114.87	89.39	302.24	2473
Iš viso dienos davinio :			114.87	89.39	302.24	2473