

Druskininkų „Saulės“ pagrindinė mokykla

Druskininkai, Ateities g. 13

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 07:30 iki 17:30 val.

1 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:10 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 (augalinis, tausojantis)	KOŠ-21	160.00	3.81	7.05	32.16	207
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu	U-17	48.00	6.75	7.91	14.05	154
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.96	15.36	59.21	419

Pietūs 11:00 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)	SR-25	120.00	0.75	2.08	4.65	40
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
Kiaulienos troškinys su plikytais ryžiais (tausojantis)	KR-051	180.00	19.35	13.56	25.82	303
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-24	30.00	0.3	0.06	2.61	12
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-01	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Kopūstų salotos su morkomis ir paprikomis (augalinis)	SAL-21	30.00	0.43	2.48	2.07	32
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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:			27.2	28.57	113.34	819

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)	KR-112	160.00	21.07	11.02	33.7	318
Natūralus jogurtas	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.27	12.05	49.61	396
Iš viso dienos davinio :			60.43	55.98	222.16	1634

Direktorė
Lina Bagdanavičienė

2

Rašytoja: Milda Brilė


1 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:10 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 (augalinis, tausojantis)	KOŠ-09	170.00	5.58	8.83	31.21	227
Sūrio lazdelė	U-08	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.32	13.39	44.28	343

Pietūs 11:00 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)	SR-05	120.00	1.54	1.92	7.21	52
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	KR-036	80.00	23.84	6.29	2.61	162
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis)	GAR-19	80.00	1.67	2.28	15.16	88
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-13	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-07	30.00	0.99	0.73	1.88	18
Baltųjų ridikų ir morkų salotos (augalinis)	SAL-38	30.00	0.31	0.76	1.87	16
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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:			30.86	15.9	93.56	641

Vakarienė 14:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklandžiai su obuoliais	KR-094	130.00	9.86	9.53	50.45	327
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Natūralus jogurtas	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.32	10.77	67.33	412
Iš viso dienos davinio			53.5	40.06	205.17	1395

Direktorė
Lina Bagdanavičienė



Ramunė Matėkorienė



1 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu su augaliniu gėrimu (augalinis, tausojantis)	KOŠ-19	180.00	3.52	6.35	30.84	195
Viso grūdo duona su sviestu ir virtų kiaušinių	U-13	50.00	4.18	5.32	13.42	118
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Kakava su pienu be cukraus	GĖR-12	150.00	2.97	2.31	4.58	51
Iš viso:			11.07	14.38	61.84	421

Pietūs 11:00 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)	SR-02	120.00	1.03	2.13	8.03	55
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	KR-074	90.00	19.31	8.22	9.14	188
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-12	90.00	3.97	0.98	21.83	112
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Apkeptos cukinijos (tausojantis, augalinis)	SAL-35	30.00	0.36	0.48	1.02	10
Agurkų salotos su paprika, konservuotais kukurūzais ir špinatais (augalinis)	SAL-04	30.00	0.46	1.64	2.49	27
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
* Bandelė su varške (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-06	70.00	8.19	6.23	33.32	222
* Sūrio lazdelė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-01	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			45.94	31.8	105.43	892

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)	KR-069	150.00	18.5	12.17	33.97	319
Apkepti morkų griežinėliai (augalinis, tausojantis)	GAR-01	30.00	0.34	0.37	2.98	17
Cukinių lazdelės (augalinis)	SAL-09	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			19.6	12.97	50.97	399
Iš viso dienos davinio :			76.61	59.15	218.24	1712

Direktorė
Lina Bagdanavičienė



Ramunė Mateikonienė



1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais ir augaliniu gėrimu (tausojantis, augalinis)	KOŠ-06	170.00	5.51	10.05	35.08	253
Trinta varškytė su uogomis	U-10	80.00	8.94	5.09	8.47	115
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			14.85	15.54	56.55	425

Pietūs 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	SR-31	120.00	0.94	2.08	7.6	53
Moliūgų sėklos (augalinis)	U-05	3.00	0.63	1.26	0.23	15
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi	U-06	15.00	1.46	1.11	9.51	54
Vištienos krūtinėlės juostelės su sezamo sėklomis	KR-141	90.00	23.92	12.74	8.23	243
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-15	80.00	2.36	0.1	20.5	92
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-26	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis)	SAL-36	30.00	0.37	0.81	1.09	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
*Pilno grūdo rageliai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-05	50.00	3.55	1.75	23.9	126
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-04	200.00	0.8	0.2	22.6	95
Iš viso:			35.26	20.86	115.83	792

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	KR-077	110.00	12.14	16.12	45.24	375
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Natūralus jogurtas	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	60.00	0.24	0.24	7.8	34
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.18	16.99	55.95	429
Iš viso dienos davinio :			63.29	53.39	228.33	1647

Direktorė
Lina Bagdanavičienė


Ramunė Matekonienė


Direktorė, Lina Bagdanavičienė

1 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su moliūgu ir augaliniu gėrimu (tausojantis, augalinis)	KOŠ-13	180.00	1.6	9.94	31.27	221
Viso grūdo duona su sviestu ir varškės sūriu	U-12	58.00	5.82	9.1	18.03	177
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Obuolių sultys	GĖR-15	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			7.71	19.25	66.5	470

Pietūs 11:00 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	120.00	1.09	1.94	7.49	52
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Žuvies (lydeka) maltinukas (tausojantis)	KR-131	90.00	17.05	5.42	4.19	134
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Cukinių lazdelės su žolelių užpilu (augalinis)	SAL-10	30.00	0.4	1.47	1.31	20
Burokėlių salotos (augalinis)	SAL-05	30.00	0.49	1.24	2.96	25
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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:			36.72	28.14	82.72	731

Vakarienė 14:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	SR-13	160.00	5.39	6.14	22.82	168
Mielinė bandelė su cinamonu	Bf-8	60.00	7.02	5.34	28.56	190
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.81	11.88	64.38	416
Iš viso dienos davinio :			57.24	59.27	213.6	1617

Direktorė
Lina Bagdanavičienė



Ramunė Matekonienė



2 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:10 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-24	160.00	3.56	7.21	37.46	229
Višo grūdo duona su virtu kiaušiniu	U-14	48.00	4.23	3.03	13.64	99
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.37	10.72	67.04	398

Pietūs 11:00 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	120.00	0.82	1.96	5.87	44
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
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	80.00	3.28	3.28	23.04	135
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-13	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Apkepti morkų griežinėliai (augalinis, tausojantis)	GAR-01	30.00	0.34	0.37	2.98	17
Ridikų, cukinijų, morkų ir kopūstų salotos (augalinis)	SAL-34	30.00	0.34	1	1.75	17
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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:			24.6	15.47	113.09	690

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 (tausojantis)	KR-042	130.00	21.62	16.74	23.8	332
Trinti persikai (augalinis)	PAD-16	20.00	0.1	0.02	2.8	12
Natūralus jogurtas	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			23	17.92	40.54	415
Iš viso dienos davinio :			55.97	44.11	220.67	1504

Direktorė
Lina Bagdanavičienė

Ramunė Matekovičienė

2 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su augaliniu gėrimu (augalinis, tausojantis)	KOŠ-05	150.00	4.63	8.12	26.96	199
Trinta varškytė su bananais ir jogurtu	U-09	80.00	8.32	4.7	10.79	119
Sūrio lazdelė	U-08	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			18.69	17.38	50.82	434

Pietūs 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	SR-10	120.00	2.59	1.96	9.77	67
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Meksikietiškas jautienos troškiny su avinžirniais	KR-160	180.00	18.65	9.18	15.41	219
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis)	GAR-19	100.00	2.08	2.85	18.95	110
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Garinti briuselio kopūstai (tausojantis, augalinis)	GAR-22	30.00	1.29	0.6	1.89	18
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	SAL-25	30.00	0.43	2.62	3.04	37
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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:			30.41	27.36	102.39	777

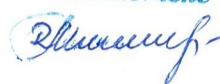
Vakarienė 14:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Byneliai su bananais (augalinis)	KR-005	140.00	8.34	10.53	40.06	288
Trinti persikai (augalinis)	PAD-16	20.00	0.1	0.02	2.8	12
Natūralus jogurtas	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Obuolių sultys (augalinis)	GĖR-10	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			9.47	11.46	58.8	376
Iš viso dienos davinio :			58.57	56.2	212.01	1588

Direktorė
Lina Bagdanavičienė



Ramunė Matekorienė



2 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:10 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, cinamonu ir augaliniu gėrimu (tausojantis)(augalinis)	KOŠ-30	160.00	4.84	6.44	38.49	231
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu	U-17	48.00	6.75	7.91	14.05	154
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.99	14.75	65.54	443

Pietūs 11:00 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)	SR-24	120.00	1.69	0.19	10.98	52
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	KR-036	80.00	23.84	6.29	2.61	162
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-12	80.00	3.53	0.87	19.41	100
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	GAR-11	30.00	0.78	0.73	1.98	18
Pekino kopūstų salotos su pomidorais (augalinis)	SAL-29	30.00	0.4	2.49	1.41	30
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Stalo vanduo	GĖR-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:			39.94	19.91	116.47	805

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)	KR-107	120.00	19.43	14.36	19.61	285
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Natūralus jogurtas	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			21.09	15.8	42.99	399
Iš viso dienos davinio :			73.02	50.46	225	1646

Direktorė
Lina Bagdanavičienė

[Signature]

Ramunė Matekonienė

[Signature]

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:10 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, augalinis)	KOŠ-02	170.00	4.65	8.42	27.88	206
Grūdėta varškė, 7 % riebumo	U-19	80.00	12.8	7.2	2.8	127
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			18.03	16.1	46.62	404

Pietūs 11:00 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)	SR-21	120.00	0.81	2.15	6.43	48
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Kepta vištienos krūtinėlė	KR-034	90.00	25.41	9.09	12.02	232
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Garinti brokoliai (tausojantis, augalinis)	GAR-07	30.00	0.99	0.73	1.88	18
Gūžinės salotos su agurkais, morkomis, konservuotais kukurūzais ir špinatais (augalinis)	SAL-11	30.00	0.43	0.69	2.02	16
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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:			40.23	29.57	89.36	784

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 grietinėlės ir sūrio padažu (tausojantis)	KR-065	160.00	13.64	16.17	43.09	372
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-26	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Agurkai marinuoti (augalinis)	SAL-01	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-13	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			15.14	16.56	52.36	419
Iš viso dienos davinio :			73.4	62.23	188.34	1607

Direktorė
Lina Bagdanavičienė

10

Ramunė Matekonienė

2 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:10 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 (augalinis, tausojantis)	KOŠ-09	170.00	5.58	8.83	31.21	227
Sūrio lazdelė	U-08	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Kakava su pienu be cukraus	GĖR-12	150.00	2.97	2.31	4.58	51
Iš viso:			14.29	15.7	48.86	394

Pietūs 11:00 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)	SR-34	120.00	2.08	2.12	10.96	71
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Kepta lašišos filė (tausojantis)	KR-028	80.00	20.8	17.36	0.77	243
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	GAR-15	80.00	2.36	0.1	20.5	92
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-26	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir žirneliais (augalinis)	SAL-06	30.00	0.63	1.56	3.06	29
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
*Pilno grūdo rageliai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-05	50.00	3.55	1.75	23.9	126
Iš viso:			31.45	23.84	89.78	699

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)	KR-086	120.00	12.95	15.49	2.3	200
Batonas su viso grūdo miltais	U-11	30.00	2.37	1.35	15.57	84
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-24	30.00	0.3	0.06	2.61	12
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SAL-14	30.00	1.47	0.06	4.74	25
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.49	17.36	38.22	379
Iš viso dienos davinio :			63.23	56.9	176.86	1472

Direktorė
Lina Bagdanavičienė

Ramunė Matėkonienė

(Signature)

3 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:10 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 (augalinis, tausojantis)	KOŠ-21	170.00	4.05	7.49	34.17	220
Trinta varškytė su bananais ir jogurtu	U-09	80.00	8.32	4.7	10.79	119
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.77	12.59	57.96	396

Pietūs 11:00 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)	SR-12	120.00	1.15	2.15	9.27	61
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 plikytais ryžiais (tausojantis)	KR-016	180.00	21.69	11.33	21.72	276
Paprikų lazdelės (augalinis)	SAL-26	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Garintos šparaginės pupelės (tausojantis, augalinis)	GAR-08	30.00	0.6	0.54	2.28	16
Burokėlių salotos su kepintomis saulėgrąžomis (tausojantis, augalinis)	SAL-39	30.00	1.17	2.71	3.61	44
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
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	50.00	3.43	6.35	23.87	166
Iš viso:			30.93	27.01	109.86	806

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	KR-078	120.00	9.95	10.66	52.82	347
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Natūralus jogurtas	PAD-06	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	60.00	0.24	0.24	7.8	34
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.25	11.74	64.5	409
Iš viso dienos davinio :			54.95	51.34	232.32	1611

Direktorė
Lina Bagdanavičienė

Ramunė Matkevičienė

[Signature]

[Signature]

3 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:10 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 (augalinis, tausojantis)	KOŠ-05	180.00	5.56	9.74	32.35	239
Sūrio lazdelė	U-08	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Obuolių sultys	GĖR-15	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			11.45	14.45	60.42	418

Pietūs 11:00 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	120.00	0.71	2.05	4.65	40
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Tarkuotų bulvių plokštainis	KR-096	200.00	7.44	2.07	44.61	227
Grietinė 30 % riebumo (padažui)	PAD-12	20.00	0.48	6	0.62	58
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Pienas 2,5 % riebumo	GĖR-11	150.00	5.1	3.75	7.35	84
*Vaisių tyrė (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-07	200.00	0	0	30	120
Iš viso:			15.37	17.61	115.46	682

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)	KR-069	160.00	19.73	12.98	36.23	341
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-13	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			21.24	13.62	56.52	434
Iš viso dienos davinio :			48.06	45.68	232.4	1533

Direktorė
Lina Bagdanavičienė



Ramunė Mateikonienė



3 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu su augaliniu gėrimu (augalinis, tausojantis)	KOŠ-19	170.00	3.32	6	29.13	184
Viso grūdo duona su sviestu ir varškės sūriu	U-12	48.00	4.81	7.53	14.92	147
Sūrio lazdelė	U-08	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.87	18.09	57.12	447

Pietūs 11:00 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)	SR-17	120.00	2.66	2.6	10.58	76
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
Troškintas vištienos suktinukas (tausojantis)	KR-099	100.00	19.97	6.49	2.77	149
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	GAR-12	80.00	3.53	0.87	19.41	100
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Garinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	GAR-21	30.00	0.75	0.54	1.35	13
Gūžinės salotos su pomidorais, agurkais, paprikomis ir porais (augalinis)	SAL-36	30.00	0.37	0.81	1.09	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Stalo vanduo	GĖR-09	150.00	0	0	0	0
*Pilno grūdo rageliai (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-05	50.00	3.55	1.75	23.9	126
* Sultys (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-04	200.00	0.8	0.2	22.6	95
Iš viso:			33.77	17.1	113.42	743

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)	KR-112	160.00	21.07	11.02	33.7	318
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	15.00	0.14	0.06	2.2	10
Natūralus jogurtas	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.27	12.05	49.61	396
Iš viso dienos davinio :			69.91	47.24	220.15	1585

Direktorė
Lina Bagdanavičienė



Ramunė Matėkionienė



3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:10 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-12	170.00	1.37	8.15	28.3	192
Grūdėta varškė, 7 % riebumo	U-19	80.00	12.8	7.2	2.8	127
Trintų uogų užpilas (augalinis)	PAD-04	20.00	0.18	0.08	2.94	13
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			14.75	15.83	47.04	390

Pietūs 11:00 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)	SR-04	120.00	0.74	1.41	5.31	37
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Makaronai su jautiena ir grietinėle (tausojantis)	KR-133	150.00	14.15	16.53	32.13	334
Vynuoginiai pomidorai (augalinis)	SAL-40	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	GAR-11	30.00	0.78	0.73	1.98	18
Kopūstų salotos su morkomis ir paprikomis (augalinis)	SAL-21	30.00	0.43	2.48	2.07	32
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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:			32.15	39.62	94.96	865

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)	SR-14	200.00	6.74	6.34	29.9	204
Keptas sumuštinis su fermentiniu sūriu	U-18	50.00	9.77	8.48	15.98	179
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Iš viso:			16.91	15.22	58.88	440
Iš viso dienos davinio :			63.81	70.67	200.88	1695

Direktorė
Lina Bagdanavičienė



Ramunė Matėkonienė



3 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kviečių dribsnių košė su bananais ir augaliniu gėrimu (tausojantis) (augalinis)	KOŠ-01	170.00	4.21	7.03	32.42	210
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu	U-13	53.00	4.43	5.64	14.23	125
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.24	13.27	66.15	421

Pietūs 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	SR-08	120.00	1.15	1.94	6.82	49
Grietinė 30 % riebumo	PAD-02	10.00	0.24	3	0.31	29
Duona	U-01	15.00	0.8	0.14	8.42	38
Keptas šamo file kepsnys	KR-161	90.00	18.45	9.07	6.82	183
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	GAR-04	80.00	1.88	2.6	13.61	85
Agurkų lazdelės (augalinis)	SAL-03	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	SAL-13	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	SAL-07	30.00	0.82	1.55	3.72	32
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	150.00	0.6	0.6	19.5	86
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
* Bandelė su varške (papildomas užkandis nemokamam maitinimui)	Nem-06	70.00	8.19	6.23	33.32	222
Iš viso:			38.58	29.53	99.88	820

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)	KR-107	130.00	21.05	15.56	21.24	309
Natūralus jogurtas	PAD-06	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Trinti persikai (augalinis)	PAD-16	15.00	0.08	0.02	2.1	9
Vaisiai (augalinis)	VAI-01	100.00	0.4	0.4	13	57
Žolelių arbata be cukraus	GĖR-08	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.19	16.55	37.05	386
Iš viso dienos davinio :			70.01	59.35	203.08	1627

Direktorė
Lina Bagdanavičienė

Ramunė Matkevičienė