

3 savaitė - Pirmadienis

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Ukrainietiški barščiai (tausojantis) (augalinis)	Sr21	150	3,73	1,34	15,12	87,49
Grietinė 30%	P7	10	0,24	3,00	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kalakutienos iešmelis su grilintomis daržovėmis (tausojantis)	A72	200(150/50)	43,78	6,17	4,60	249,05
Biri grikių košė (tausojantis)(augalinis)	G8	100	5,33	4,49	34,24	197,75
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau 2 rūšys)		120	1,2	0,50	6,00	33,10
Kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	S15	50	0,53	2,58	3,03	36,32
Vanduo/ Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			56,59	18,70	80,93	716,05

Antrojo patiekalo pasirinkimas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	A28	160	29,79	22,62	10,09	357,69
Biri grikių košė (tausojantis)(augalinis)	G8	100	5,33	4,49	34,24	197,75
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau 2 rūšys)		120	1,2	0,50	6,00	33,10
Kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	S15	50	0,53	2,58	3,03	36,32
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			36,85	30,19	53,36	624,86

Antrojo patiekalo pasirinkimas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Varškės 9% spygliukai (tausojantis)	A27	200	24,01	13,38	40,60	380,25
Jogurtinė grietinė 10%	P7	20	0,68	2,00	0,84	24,0
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			24,69	15,38	41,44	404,25
Iš viso (dienos davinio):			118,1	64,3	175,7	1745,2

3 savaitė - Antradienis

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Šviežių kopūstų su žirneliais sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr3	150	1,50	3,14	9,62	69,80
Grietinė 30%	P7	20	0,50	6,00	0,60	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Švediškai jautienos kukuliai (tausojantis)	A46	120	20,39	12,67	13,18	245,12
Pieno 2,5% ir sviesto 82 % padažas	P11	50	1,53	2,81	4,84	50,77
Bulvių košė su krapais (pienas 2,5%, sviestas 82%) (tausojantis)	G11	100	1,75	3,74	17,09	107,82
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis)	S18	110	1,06	3,59	6,71	63,12
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	S6	50	0,53	4,79	5,09	63,11
Vanduo/ nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,30	0,30	9,10	40,00
Iš viso:			29,04	37,36	74,76	740,78

Antrojo patiekalo pasirinkimai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Kepta vištienos filė (tausojantis)	A4	120	29,77	8,93	11,27	244,74
Pieno 2,5% ir sviesto 82 % padažas	P11	50	1,53	2,81	4,84	50,77
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	G16	100	4,76	3,28	23,22	181,11
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis)	S18	110	1,06	3,59	6,71	63,12
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	S6	50	0,53	4,79	5,09	63,11
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			37,65	23,40	51,13	602,85

Antrojo patiekalo pasirinkimai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Avinžirnių karis (tausojantis)(augalinis)	Aug8	200	5,84	12,78	20,32	219,66
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis)	S18	110	1,06	3,59	6,71	63,12
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	S6	50	0,53	4,79	5,09	63,11
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			7,43	21,16	32,1	602,9
Iš viso (dienos davinio):			74,12	81,92	158,01	1946,48

3 savaitė - Trečiadienis

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr19	150	1,37	3,16	10,81	74,01
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,40	0,30	10,50	50,0
Bulvių plokštainis su paukštiena	A6	200	22,76	26,78	36,94	473,81
Grietinė 30%	P7	30	0,72	9,00	0,93	87,9
Pjaustyti agurkai (augalinis)	S14	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Morkų lazdelės (augalinis)	S32	50	0,50	0,10	4,35	20,30
Vanduo/Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			27,40	39,64	74,03	753,0

Antrojo patiekalo pasirinkimai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Apkepti natūralūs kotletai su sūriu 45% (tausojantis)	A49	100	27,21	20,13	1,35	294,01
Bulvių košė su krapais(pienas 2,5%, sviestas 82%) (tausojantis)	G11	100	1,75	3,74	17,09	107,82
Burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	S28	100	1,20	9,20	10,56	122,00
Konservuoti žalieji žirneliai (augalinis)	S36	50	2,50	0,10	7,90	32,00
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			32,66	33,17	36,90	555,8

Antrojo patiekalo pasirinkimai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Daržovių troškiny (tausojantis) (augalinis)	7Aug	200	4,00	10,61	21,66	182,19
Burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	S28	100	1,20	9,20	10,56	122,00
Konservuoti žalieji žirneliai (augalinis)	S36	50	2,50	0,10	7,90	32,00
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			4,00	10,61	21,66	182,19
Iš viso (dienos davinio):			64,06	83,42	132,59	1491,04

3 savaitė - Ketvirtadienis

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Kreminė moliūgų sriuba su avinžirniais (augalinis) (tausojantis)	Sr33	150	23,55	8,09	25,28	84,77
Džiovinti batono kubeliai	32	25	1,70	3,80	10,30	82,20
Ryžių plovai su kiauliena (tausojantis)	A23	200	30,95	20,03	27,04	403,93
Raugintų kopūstų salotos su morkomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis)	S2	100	0,95	5,53	5,74	73,90
Marinuotas agurkas (augalinis)	S31	50	0,20	0,50	3,90	21,00
Vanduo/nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,30	0,30	9,10	40,00
Iš viso:			57,65	38,25	81,36	705,80

Antrojo patiekalo pasirinkimai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Sklindžiai su varške 9% (tausojantis)	A74	300	45,63	26,23	73,36	712,03
Braškių ir bananų tyrė su cukrumi (augalinis)	S20	60	0,40	0,19	7,87	33,02
Vanduo		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			46,03	26,42	81,23	745,05

Antrojo patiekalo pasirinkimai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Virtos dešrelės (tausojantis)	A21	150	5,39	21,29	0,70	215,28
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)(augalinis)	G20	120	2,75	7,43	23,06	170,04
Daržovių salotos su agurkais ir kininiu kopūstu (augalinis)	S4	60	0,85	4,77	2,23	52,23
Marinuotas agurkas (augalinis)	S31	50	0,20	0,50	3,90	21,00
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			9,19	33,99	29,89	458,55
Iš viso (dienos davinio):			112,87	98,66	192,48	1909,40

3 savaitė - Penktadienis

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Žuvienė (tausojantis)	Sr21	150	7,59	11,92	11,84	185,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	A14	200	29,92	20,67	32,80	440,15
Braškių ir bananų tyrė (augalinis)	S16	60(40/ 20)	0,54	0,23	10,44	43,20
Jogurtinė grietinė 10%	P7	20	0,7	2,0	0,84	24,0
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšys)	110	35/35	0,40	0,40	3,01	14,34
Vanduo/nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			40,91	35,84	76,56	789,73

Antrojo patiekalo pasirinkimai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis)	A47	120(100/ 20)	19,50	11,39	8,93	212,95
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)(tausojantis)	G17	115	3,27	3,12	24,70	131,28
Morkų salotos su česnakais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	S11	70	0,78	5,03	6,24	72,68
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšys)	110	35/35	0,40	0,40	3,01	14,34
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			23,95	19,94	42,88	431,25

Antrojo patiekalo pasirinkimai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.	15-18 m.
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)(tausojantis)	G17	230	6,30	6,24	49,39	262,57
Morkų salotos su česnakais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	S11	70	0,78	5,03	6,24	72,68
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšys)	110	35/35	0,40	0,40	3,01	14,34
Vanduo		150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			7,48	11,67	58,64	349,59
Iš viso (dienos davinio):			72,34	67,45	178,08	1570,57