

2 savaitė

Pirmadienis

Sriuba

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			daitymai,	riebalai,	angliavandeniai,	
Žiedinių kopustų sriuba (tausojantis, augalinis)	20Sr	150g	1,47	3,17	8,43	63,27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,43	3,81	25,49	149,35

Pietūs*

Pietų patiekalo pavadinimas/ Dienos pietus	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			daitymai,	riebalai,	angliavandeniai,	
Paukštienos-grikių troškinys (tausojantis)	5A	150g	28,61	13,09	23,06	318,07
Pekiniai kopūstai su agurkais, porais ir aliejaus padažu	54S	75g	1,03	7,36	3,02	78,46
Iš viso:			29,64	20,45	26,08	396,53

Stalo vanduo su citrina		200g/2g	0,10	0,06	1,29	4,34
Sezoniniai vaisiai		100g	0,40	0,40	13,00	53,00

2 savaitė

Antradienis

Sriuba

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,	riebalai,	angliavandeniai,	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis ir grietine (tausojantis)	2S	150/6g	2,83	5,03	13,83	105,02
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,79	5,67	30,89	191,10

Pietūs*

3 Pietų patiekalo pavadinimas/ Dienos pietus	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,	riebalai,	angliavandeniai,	
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	100g	21,30	14,04	11,62	254,88
Bulvių- moliūgų košė	12Gar	40g	0,84	1,52	5,36	37,80
Burokėlių salotos su agurkais, pupelėmis, aliejaus padažu	21S	50g	1,59	6,07	6,45	80,60
Iš viso:			23,73	21,63	23,43	373,28

Stalo vanduo su citrina	200g/2g	0,10	0,06	1,29	4,34
Sezoniniai vaisiai	100g	0,40	0,40	13,00	53,00

2 savaitė

Trečiadienis

Sriuba

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,	riebalai,	angliavandeniai,	
Ankštinių daržovių (lęšių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	17Sr	150g	3,95	3,24	14,25	96,21
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,91	3,88	31,31	182,29

Pietūs *

Pietų patiekalo pavadinimas/ Dienos pietus	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,	riebalai,	angliavandeniai,	
Kiaulienos troškiny su pupelėmis (tausojantis)	7A	140g	24,94	14,86	13,53	277,04
Salierų salotos su agurkais, morkomis, aliejaus padažu	61S	75g	1,01	7,43	4,85	82,88
Iš viso:			25,95	22,29	18,38	359,92

Stalo vanduo su citrina	200g/2g	0,10	0,06	1,29	4,34
Sezoniniai vaisiai	100g	0,40	0,40	13,00	53,00

2 savaitė

Ketvirtadienis

Sriuba

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis ir arietine (tausojantis)	12S	150/6g	1,82	5,00	11,71	96,03
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			3,30	5,32	20,24	139,07

Pietūs*

Pietų patiekalo pavadinimas/ Dienos pietus	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	75g	13,08	7,76	13,23	174,33
Biri nešlifuočių ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, aliejaus padažu	18S	75g	2,04	3,88	9,85	72,12
Iš viso:			16,21	13,52	34,66	311,95

Stalo vanduo su citrina	200g/2g	0,10	0,06	1,29	4,34
Sezoniniai vaisiai	100g	0,40	0,40	13,00	53,00

2 savaitė

Penktadienis

Sriuba

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	6Sr	150g	1,15	3,18	5,13	48,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,11	3,82	22,19	134,53

Pietūs*

Pietų patiekalo pavadinimas/ Dienos pietus	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	88A	150g	18,68	18,05	22,31	324,61
Trinti bananai su trintomis braškėmis	14D	65/35g	1,64	0,34	18,41	77,40
Sezoninių daržovių rinkinys		80g.	2,98	0,20	12,85	65,38
Iš viso:			20,32	18,39	40,72	402,01

Stalo vanduo su citrina	200g/2g	0,10	0,06	1,29	4,34
Sezoniniai vaisiai	100g	0,40	0,40	13,00	53,00