

1 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (ankštinis)(augalinis)(tausojantis)	1Sr	150	3,74	3,27	13,80	89,72
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Makaronai virti	6Gar	60	2,27	1,86	15,92	91,30
Maltinukas (kiauliena, jautiena)	25Va	60	11,97	6,76	2,37	117,15
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0,15	0,03	1,05	4,98
Pomidorai	4Sa	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Vanduo su citrina						
Iš viso:			20,40	12,39	45,44	362,50

1 savaitė
Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis)(tausojantis)	32Sr	150	1,67	2,31	12,70	74,89
Žuvies (jūros lydekos) apkepas (tausojantis)	38A	80	14,58	5,40	6,40	130,71
Kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	5Gar	70	2,26	0,42	17,37	77,39
Padažas	3Pa	20	0,21	4,47	0,86	44,39
Burokėlių salotos su aliejumi ir saulėgrąžomis	21Sa	60	2,21	2,78	8,91	62,53
Vanduo su citrina						
Vaisiai	2Pr	50	0,20	0,20	0,10	40,00
Iš viso:			21,13	15,57	46,34	429,90

1 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)(tausojantis)	28Sr	150	1,38	4,67	11,38	89,63
Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa be odos (tausojantis)	130A	60	21,56	7,17	0,43	152,36
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)(augalinis)	4Gar	80	2,53	0,12	22,03	102,53
Morkų, obuolių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	31Sa	60	1,37	5,97	5,82	76,46
Vanduo su citrina						
Iš viso:			26,85	17,92	39,66	420,98

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	5Sr	150	3,81	3,24	12,49	87,06
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Kiaulienos (mentės) maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis (tausojantis)	30A	70	14,26	6,53	4,05	126,07
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	7Gar	60	3,63	0,89	19,96	100,51
Šviežių ar raugintų kopūstų salotos su šalto spaudimo aliejumi	7Sa	60	0,49	3,00	3,12	40,36
Vanduo						
Iš viso:			24,16	14,07	50,70	408,25

1 savaitė
Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	13Sr	150	3,40	3,84	11,71	91,19
Grietinė 30%	6Pr	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Bulvių plokštainis su vištiena (šlaunelių mėsa)	5A	140	16,81	7,66	36,82	280,19
Grietinė 30%	6Pr	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Vanduo su citrina						
Iš viso:			22,79	19,4	60,38	498,88

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	38Sr	150	1,64	2,42	14,33	79,67
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Kiaulienos (kumpio) guliašas (tausojantis)	16A	100	14,90	7,28	3,05	145,19
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5Gar	70	2,26	0,42	17,37	77,39
Daržovių salotos (augalinis) (tausojantis)	33Sa	80	1,45	5,71	6,82	80,16
Vanduo su citrina						
Iš viso:			22,24	16,23	52,65	436,65

2 savaitė
Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (bulvių, morkų, kopūstų, žirnelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	35-1Sr	150	1,32	3,11	7,71	58,92
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Varškės 9% pudingas (tausojantis)	29Va	120	16,31	10,64	15,60	223,04
Trintos uogos ar vaisiai	4Pa	20	0,26	0,13	3,34	10,50
Grietinė 15 %	18Pr	15	0,63	2,25	0,45	24,75
Morkų lazdelės	3Sa	50	0,50	0,10	4,35	15,50
Vanduo						
Iš viso:			20,99	16,63	42,52	386,96

2 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bolivine balanda (ankštiniis patiekalas) (augalinis) (tausoįantis)	33Sr	150	6,20	3,11	17,89	117,03
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Karališki balandėliai (tausoįantis)	14A	80	14,58	8,57	6,72	160,27
Virtos bulvės (tausoįantis)(augalinis)	1Gar	50	1,03	0,05	9,43	41,72
Grietinės 30%- pomidorų padažas	8Pa	20	0,47	3,47	1,90	40,56
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	40	0,20	0,04	1,40	6,64
Vanduo						
Iš viso:			24,45	15,63	48,42	420,48

2savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	6Sr	150	3,00	4,82	14,19	106,73
Troškinta kalakutiena (tausojantis)	27A	80	20,89	5,16	5,78	152,48
Makaronai virti	6Gar	60	2,27	1,86	15,92	91,30
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	28Sa	50	0,49	3,13	1,85	33,75
Vaisiai	2Pr	50	0,20	0,20	0,10	40,00
Vanduo						
Iš viso:			26,86	15,17	37,84	424,26

2 savaitė
Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių ar raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	9Sr	150	0,90	3,06	7,19	57,36
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Garuose keptas žuvies maltinis (tausojantis)	36A	60	16,30	12,63	0,12	179,01
Ryžiai su daržovėmis (tausojantis)	10Gar	80	1,96	2,23	12,50	79,10
Pomidorai	4Sa	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0,15	0,03	1,05	4,98
Vanduo su citrina						
Iš viso:			21,59	18,42	33,16	379,81

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šparaginių pupelių sriuba (ankštinis)(tausojantis)(augalinis)	25-1Sr	150	1,33	3,16	8,00	58,42
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Plovas su vištiena(tausojantis)	41A	107/63	18,96	11,08	41,59	331,54
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	1Sa	50	0,70	1,10	4,03	24,69
Vanduo su citrina						
Iš viso:			22,96	15,74	64,70	468,91

3 savaitė
Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	34Sr	150	5,13	3,68	14,64	103,30
Grietinė 30%	6Pr	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Vištienos maltinukas (tausojantis)	4A	70	17,43	3,33	8,61	133,26
Troškintos daržovės (tausojantis)	11Gar	80	1,75	5,22	6,66	80,19
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1Gar	50	1,03	0,05	9,43	41,72
Vaisiai	2Pr	75	0,30	0,30	9,75	39,75
Vanduo						
Iš viso:			27,74	14,48	60,32	467,12

3 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (tausojantis)	23Sr	150	5,41	3,87	8,30	87,24
Grietinė 30%	6Pr	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Troškinta paukštiena su morkomis ir grietinėle	43A	100	15,94	10,31	3,94	170,06
Bulvių košė (tausojantis)	2Gar	80	1,79	2,36	12,94	79,43
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	60	0,30	0,06	2,10	10,00
Vanduo						
Vaisiai	2Pr	50	0,20	0,20	0,10	40,00
Iš viso:			25,74	18,70	38,62	455,63

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba (žirneliai, bulvės, morkos, svogūnai) (ankštiniis patiekalas) (augalinis)(tausojantis)	15Sr	150	2,71	6,16	14,42	112,58
Troškinti žuvies (jūros lydeka) kukuliai su daržovių padažu (tausojantis)	44A	60/20	16,52	9,73	14,28	208,80
Birūs ryžiai	4Gar	60	2,53	0,12	22,03	102,53
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	28Sa	70	0,69	4,38	2,59	47,25
Vanduo						
Iš viso:			22,46	20,38	53,32	471,16

3 savaitė
Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandė- niai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	7-1Sr	150	2,16	3,36	15,45	97,07
Spageti makaronai su mėsos padažu	1M	75/75	26,11	11,44	26,73	313,64
Vaisiai	2Pr	50	0,20	0,20	0,10	40,00
Vanduo						
Iš viso:			28,47	15,00	42,28	450,71