

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	2Pus	200	9,29	3,94	43,76	252,60
Sviestas 82%	1Pr	7,5	0,04	6,15	0,06	55,73
Vaisiai	2Pr	50	0,20	0,20	0,10	40,00
Vaisinė arbata						
Iš viso:			9,53	10,29	43,92	348,33

Pietūs 12:00

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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Garuose keptos bulvės (augalinis)	1Gar	120	3,09	0,15	28,27	125,15
Varškės 9% ir žolelių padažas	27Va	70	10,40	6,72	2,54	112,91
Arbata						
Iš viso:			13,49	6,88	30,81	238,05
Iš viso (dienos davinio):			43,42	29,55	120,18	948,88

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojantis)	7Pus	200	8,21	3,09	34,81	189,88
Sviestas 82%	1Pr	7,5	0,04	6,15	0,06	55,73
Sumuštinis su tepamu sūreliu ar fermentiniu sūriu	5Pav	30	3,04	4,16	9,85	98,10
Arbata						
Iš viso:			11,28	13,40	44,72	343,71

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% ir morkų apkepas (tausojantis)	28Va	75	8,31	6,07	9,76	127,64
Grietinė 15 %	18Pr	18	0,76	2,70	0,54	29,70
Arbata						
Iš viso:			9,07	8,77	10,30	157,34
Iš viso (dienos davinio):			41,47	37,74	101,36	930,94

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu 45% sūriu (tausojantis)	16Pus	100/10	13,39	13,02	5,54	192,59
Sumuštinų batonas	8Pr	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Pomidorai	4Sa	40	0,40	0,08	1,64	6,80
Arbata						
Iš viso:			15,76	14,23	20,16	268,39

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių apkepas keptas orkaitėje	10Va	80	2,29	2,34	21,72	115,09
Grietinės 30% padažas	1Pa	30	0,53	5,75	1,59	60,27
Kefyras ar rūgpienis	6G	90	3,06	2,25	4,41	51,30
Iš viso:			5,88	10,34	27,72	226,66
Iš viso (dienos davinio):			48,49	42,49	87,54	916,04

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kuskusas su sviesto-grietinės padažu (tausojantis)	55Pus	150	5,65	9,88	37,13	266,04
Žolelių arbata						
Iš viso:			5,65	9,88	37,13	266,04

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai	26Va	120	8,78	9,52	43,25	289,74
Trintos uogos ar vaisiai	4Pa	20	0,26	0,13	3,34	10,50
Pienas 2.5%	4G	100	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			12,43	12,15	51,49	356,25
Iš viso (dienos davinio):			42,24	36,09	139,32	1030,54

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	17Pus	200	6,43	3,81	41,09	214,24
Vaisiai/daržovės	2Pr	50	0,20	0,20	0,10	40,00
Arbata						
Iš viso:			6,63	4,01	41,19	254,24

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba	21Sr	200	6,30	5,90	20,20	157,69
Sumuštinis su sūriu ar dešra	18Pav	30	5,00	8,03	19,31	153,37
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G					
Iš viso:			11,30	13,93	39,51	311,06
Iš viso (dienos davinio):			40,72	37,34	141,09	1064,18

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų košė (tausojantis)	3Pus	200	9,11	4,03	42,20	246,83
Sviestas 82%	1Pr	7,5	0,04	6,15	0,06	55,73
Trintos uogos ar vaisiai	4Pa	20	0,26	0,13	3,34	10,50
Arbata						
Iš viso:			9,40	10,30	45,60	313,06

Pietūs 12:00

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

Vakariė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	6Va	105	6,79	6,98	27,98	230,44
Grietinės 30% padažas	1Pa	20	0,35	3,83	1,06	40,18
Arbata						
Iš viso:			7,14	10,81	29,04	270,62
Iš viso (dienos davinio):			38,78	37,34	127,29	1020,33

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė (tausojantis)	9Pus	200	7,06	3,05	30,41	174,40
Sviestas 82%	1Pr	7,5	0,04	6,15	0,06	55,73
Sumuštinis su sūriu ar dešra	18Pav	30	5,00	8,03	19,31	153,37
Iš viso:			12,10	17,23	49,78	383,50

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai	26Va	120	8,78	9,52	43,25	289,74
Jogurto padažas	8Pa	20	0,47	3,47	1,90	40,56
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G					
Iš viso:			9,25	12,99	45,16	330,31
Iš viso (dienos davinio):			42,33	46,85	137,45	1100,76

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Plakti kiaušiniai su pienu	22Pus	100	12,13	13,24	2,57	177,74
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Pomidorai	4Sa	40	0,40	0,08	1,64	6,80
Arbata						
Iš viso:			14,51	13,72	15,29	238,79

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bolivine balanda (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	33Sr	150	6,20	3,11	17,89	117,03
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Karališki balandėliai (tausojantis)	14A	80	14,58	8,57	6,72	160,27
Virtos bulvės (tausojantis)(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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	24va	120	7,76	3,27	43,62	231,17
Grietinė 30%	6Pr	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Pienas 2.5%	4G	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			13,3	13,02	51,59	373,77
Iš viso (dienos davinio):			52,29	42,37	115,29	1033,04

2savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	2Pus	200	9,29	3,94	43,76	252,60
Sumuštinis su sūriu ar dešra	18Pav	30	5,00	8,03	19,31	153,37
Arbata						
Iš viso:			14,29	11,97	63,07	405,97

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su varške	31va	100	11,75	10,78	38,92	296,41
Jogurto padažas	8Pa	20	0,47	3,47	1,90	40,56
Arbata						
Iš viso:			12,22	14,25	40,82	336,97
Iš viso (dienos davinio):			53,37	41,39	141,73	1167,20

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška 3 grūdų dribsnių (avižių, miežių ir kviečių dribsnių) košė (tausojantis)	6Pus	190	7,51	3,35	29,14	187,49
Sviestas 82%	1Pr	5	0,03	4,10	0,04	37,15
Vaisiai	2Pr	50	0,20	0,20	0,10	40,00
Iš viso:			7,73	7,65	29,28	264,64

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (pienas 2,5%) perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	36Sr	200	5,39	6,96	19,98	160,15
Sumuštinis su sūriu ar dešra	18Pav	30	5,00	8,03	19,31	153,37
Arbata						
Iš viso:			10,38	15,0	39,29	313,52
Iš viso (dienos davinio):			39,70	41,06	101,74	957,97

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pusryčių košė (avižiniai dribsniai, manų kruopos)(tausojantis)	21Pus	200	7,19	3,78	32,84	192,15
Sviestas 82%	1Pr	7,5	0,04	6,15	0,06	55,73
Vaisiai	2Pr	50	0,20	0,20	0,10	40,00
Iš viso:			7,43	10,13	33,00	287,88

Pietūs 12:00

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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) spygliukai (tausojantis)	11Va	150	18,45	10,36	32,24	296,85
Grietinės 30% padažas	1Pa	20	0,35	3,83	1,06	40,18
Arbata						
Iš viso:			18,80	14,19	33,30	337,03
Iš viso (dienos davinio):			49,19	40,06	130,99	1093,82

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įvairių grūdų košė su sviestu	11Pus	200	6,93	1,71	38,12	191,95
Sumuštinis su sūriu ar dešra	18Pav	30	5,00	8,03	19,31	153,37
Arbata						
Iš viso:			11,93	9,74	57,42	345,32

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kruopų košė su daržovėmis ir aukščiausios rūšies dešrelėmis	2Va	200	13,94	13,80	40,62	347,81
Arbata						
Iš viso:			13,94	13,80	40,62	347,81
Iš viso (dienos davinio):			53,60	38,01	158,37	1160,25

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	15Pus	200	4,65	1,63	32,36	159,40
Šalto spaudimo nerafinuotas alyvuogių aliejus	19Pr	2	0,00	1,99	0,00	17,66
Trintos šaldytos uogos	5Pr	30	0,35	0,17	5,07	16,39
Arbata						
Iš viso:			5,00	3,79	37,44	193,45

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba/ rūgšynių 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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	6Va	105	6,79	6,98	27,98	230,44
Grietinės 30% padažas	1Pa	20	0,35	3,83	1,06	40,18
Pienas 2.5%	4G	100	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			10,54	13,31	33,94	326,62
Iš viso (dienos davinio):			41,28	35,81	110,00	975,70

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	18Pus	200	7,95	3,53	44,90	246,24
Sviestas 82%	1Pr	7	0,04	5,74	0,06	52,01
Arbata						
Iš viso:			7,99	9,27	44,95	298,25

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba (žirneliai, bulvės, morkos, svogūnai) (ankštinis 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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	4Va	100	7,64	10,27	37,72	269,80
Pienas 2.5%	4G	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			12,74	14,02	45,07	353,80
Iš viso (dienos davinio):			43,19	43,67	143,34	1123,21

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	13Pus	60	6,64	6,32	0,38	84,78
Grietinės-majonezo padažas	2Pa	20	0,32	6,40	0,83	62,20
Konservuoti žirneliai	35Sa	30	1,47	0,06	4,74	19,20
Duona	7Pr	30	2,37	0,48	13,29	65,10
Arbata						
Iš viso:			10,80	13,26	19,24	231,28

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, 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

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška sriuba (tausojantis)	17Sr	200	6,50	5,84	19,01	156,64
Sausainiai avižiniai/ sumuštinis su sūriu ar dešra	30Va	30	2,07	4,13	8,40	75,70
Arbata						
Iš viso:			8,57	5,84	27,41	232,34
Iš viso (dienos davinio):			47,84	34,10	88,92	914,33