2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų košė (tausojantis)	II.3	200	7,3	3,8	32,38	191,42
Trintas šaldytų uogų padažas	IV.12	20	0,17	0,1	4,95	19,65
Sūrio lazdelė	X.11	20	4,2	5,6	0,4	69
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	200				
Vaisiai*	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
		Iš viso:	**12,75**	**9,92**	**58,28**	**362,57**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	I.17	200	2,84	4,33	18,67	119,7
Grietinė 30 %	IV.5	8	0,19	2,4	0,25	23,44
Ruginė duona (pilno grūdo)	X.4	30	2,31	0,42	15,75	65,4
Kiaulienos kumpinės mėsos - ryžių plovas (tausojantis)	III.5	50/150	17,36	13,24	33,6	333,74
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.10	70	1,01	2,62	1,04	38,63
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	200	0,05	0,01	0,77	3,01
Vaisiai*	X.8	80	0,57	0,22	10,96	44
		Iš viso:	**24,33**	**23,24**	**81,04**	**600,15**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė su brokoliais (tausojantis)	XIV.4	200	4,88	7,64	29,33	200,6
Troškintos mėsos ir grietinės (30%) padažas (tausojantis)	V.4	45	4,7	6,3	1	78,85
Kefyras 2.5 %	VI.5	150	5,1	3,75	7,35	90
		Iš viso:	**14,68**	**17,69**	**37,68**	**369,45**
		Iš viso (dienos davinio):	**51,76**	**50,85**	**177**	**1332,17**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	II.1	200	9,37	6,47	35,2	227,7
Sviestas 82 %	IV.4	8	0,05	6,64	0,07	59,92
Kakava su pienu (saldinta)	VI.2	200	3,44	2,93	11,79	86
		Iš viso:	**12,86**	**16,04**	**47,06**	**373,62**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis arba šaltibarščiai (tausojantis)	I.5	200	1,78	4,15	14,55	96,85
Grietinė 30 %	IV.5	8	0,19	2,4	0,25	23,44
Ruginė duona (pilno grūdo)	X.4	30	2,31	0,42	15,75	65,4
Kepti balandėliai su kiaulienos kumpinės mėsa	V.3	100	19,89	11,84	5,99	208,2
Virtos bulvės	XIV.1	80	1,62	0,08	14,82	65,61
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.5	70	0,72	2,63	2,56	33,27
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	200	0,05	0,01	0,77	3,01
Vaisiai*	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
		Iš viso:	**27,64**	**21,95**	**75,24**	**578,28**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) kukuliai	VII.7	120	14,39	8,02	25,09	231,71
Trintas šaldytų uogų padažas	IV.12	25	0,21	0,12	5,3	21,05
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	200				
Vaisiai*	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
		Iš viso:	**15,68**	**8,56**	**50,94**	**335,26**
		Iš viso (dienos davinio):	**56,18**	**46,55**	**173,24**	**1287,16**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	II.7	200	7,71	3,29	37,99	203,4
Sviestas 82 %	IV.4	8	0,05	6,64	0,07	59,92
Vaisiai*	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	200				
		Iš viso:	**8,84**	**10,35**	**58,61**	**345,82**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)	I.15	200	1,39	4,1	9,76	81,14
Grietinė 30 %	IV.5	8	0,19	2,4	0,25	23,44
Ruginė duona (pilno grūdo)	X.4	30	2,31	0,42	15,75	65,4
Virti kalakutienos filės mėsos kukuliai (tausojantis)	III.21	70	15,02	7,11	0,96	128,26
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	80	1,77	2,86	12,88	83,46
Troškinti morkų kubeliai (tausojantis)	XVI.23	70	0,96	3,79	4,42	55,61
Vanduo su citrina (nesaldintas)	VI.1	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai*	X.8	200	1,44	0,56	27,4	110
		Iš viso:	**23,13**	**21,27**	**72,06**	**549,48**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (9%)	VII.5	120	19,52	14,78	25,11	300,8
Trintas šaldytų uogų padažas	IV.12	40	0,33	0,19	7,62	30,3
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	200				
		Iš viso:	**19,85**	**14,97**	**32,73**	**331,1**
		Iš viso (dienos davinio):	**51,82**	**46,59**	**163,4**	**1226,4**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	XII.7	100	12,04	14,35	9,19	212,84
Konservuoti kukurūzai	XVI.25	20	0,58	0,12	4,4	20,06
Pomidoras	XVI.3	30	0,3	0,06	1,23	5,1
Šviesi duona	X.10	30	1,59	0,24	16,23	69,3
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	200				
		Iš viso:	**14,51**	**14,77**	**31,05**	**307,3**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis)	I.10	200	4,85	3,38	17,52	114,39
Grietinė 30 %	IV.5	8	0,19	2,4	0,25	23,44
Ruginė duona (pilno grūdo)	X.4	30	2,31	0,42	15,75	65,4
Troškinta jautienos kumpinės mėsa su morkomis ir porais (tausojantis)	III.37	150	25,83	5,98	6,79	184,36
Virti ryžiai (tausojantis)	XIV.8	80	2,64	2,11	22,95	124,78
Kopūstų salotos su agurkais alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.11	70	0,98	2,61	2,48	36,37
Vanduo su citrina (nesaldintas)	VI.1	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	80	0,57	0,22	10,96	44
		Iš viso:	**37,42**	**17,15**	**77,34**	**600,94**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais	V.11	120	7,46	10,39	32,45	253,24
Natūralus jogurtas (2.5%) (padažas)	IV.15	20	0,95	0,51	0,91	12
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	200				
Vaisiai*	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
		Iš viso:	**0,72**	**0,28**	**13,7**	**55**
		Iš viso (dienos davinio):	**52,65**	**32,2**	**122,09**	**963,24**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	II.5	200	8	3,06	35,85	194,1
Sviestas (82%)	IV.4	8	0,05	6,64	0,07	59,92
Traputis	X.1	20	1,68	0,48	16,4	73,8
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	VI.6	200	0,05	0,03	0,64	2,17
		Iš viso:	**9,78**	**10,21**	**52,96**	**329,99**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (tausojantis)	I.31	200	2,3	3,99	11,39	86,03
Grietinė 30 %	IV.5	8	0,19	2,4	0,25	23,44
Skrebutis	X.14	10	1,74	3,8	10,32	53
Keptas žuvies maltinukas (tausojantis)	III.28	75	15,06	6,05	9,86	159,8
Virti grikiai (tausojantis)	XIV.3	80	5,04	1,24	27,12	139,6
Burokėlių salotos (augalinis)	XVI.18	70	1,57	2,59	9,49	58,9
Vanduo su citrina (nesaldintas)	VI.1	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
		Iš viso:	**26,67**	**20,38**	**82,77**	**577,94**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) ir morkų apkepas	VII.11	120	14,82	15,42	20,59	274,39
Natūralus jogurtas (2.5%) (padažas)	IV.15	26	1,22	0,66	1,18	15,6
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	200				
Vaisiai *	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
		Iš viso:	**16,76**	**16,36**	**35,47**	**344,99**
		Iš viso (dienos davinio):	**53,21**	**46,95**	**171,2**	**1252,92**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu