3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė (tausojantis)	II.14	200	5,96	9,41	39,2	263,51
Trintas šaldytų uogų padažas	IV.12	20	0,17	0,1	4,95	19,65
Vaisiai*	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	200				
		Iš viso:	**6,85**	**9,79**	**57,85**	**338,16**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	I.14	200	1,44	4,17	9,37	74,11
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
Vištienos filė mėsos guliašas (tausojantis)	XVII.1	120	20,88	9,88	8,64	197,03
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	80	1,77	2,86	12,88	83,46
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.9	70	1,82	5,06	7,17	74,32
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	200	0,05	0,01	0,77	3,01
Vaisiai*	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
		Iš viso:	**29,18**	**25,08**	**68,53**	**575,77**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9%)	VII.3	150	20,25	9,8	39,71	326,25
Natūralus jogurtas (2.5%) (padažas)	IV.15	20	0,95	0,51	0,91	12
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	200				
		Iš viso:	**21,2**	**10,31**	**40,62**	**338,25**
		Iš viso (dienos davinio):	**57,23**	**45,18**	**167**	**1252,18**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	II.4	200	6,69	3,11	36,09	199,11
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:	**7,82**	**10,17**	**56,71**	**341,53**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis (tausojantis)	I.6	200	3,62	4,26	15,25	120,05
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
Troškintas jautienos mėsos kumpinės maltinukas (tausojantis)	III.24	75	17,46	7,18	9,13	205,89
Bulvių košė su ciberžolėmis (tausojantis)	XIV.5	80	1,77	2,86	12,88	83,46
Kopūstų salotos su agurkais ir 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	120	0,86	0,33	16,44	66
		Iš viso:	**27,24**	**25,94**	**72,82**	**602,78**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų, avižinių dribsnių, varškės (9 %) blynai	VII.4	120	12,48	18,09	31,76	334,39
Trintas šaldytų uogų padažas	IV.12	10	0,08	0,05	2,87	11,4
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	200				
		Iš viso:	**12,56**	**18,14**	**34,63**	**345,79**
		Iš viso (dienos davinio):	**47,62**	**54,25**	**164,16**	**1290,1**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

3 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
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	200				
Vaisiai*	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
		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	
Žirnių sriuba (tausojantis)	I.8	200	4,43	4,23	16,4	115,33
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 kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	V.8	100	16,78	11,55	3,4	182,07
Virti grikiai (tausojantis)	XIV.3	80	5,04	1,24	27,12	139,6
Pekino kopūstų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.17	70	0,82	2,55	3,16	36,86
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	200	0,05	0,01	0,77	3,01
		Iš viso:	**29,62**	**22,4**	**66,85**	**565,71**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2.5%) makaronų sriuba	I.25	200/4	6,52	6,85	19,02	165,6
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir agurku (sumuštinis)	XIII.1	30/5/10	2,44	4,57	16,02	103,98
Vaisiai*	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
		Iš viso:	**9,68**	**11,7**	**48,74**	**324,58**
		Iš viso (dienos davinio):	**48,14**	**44,45**	**174,2**	**1236,11**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

3 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 su sūriu	XII.6	110	13,43	15,85	6,43	221,32
Šviesi duona	X.10	30	1,59	0,24	16,23	69,3
Pomidorai	XVI.3	40	0,4	0,08	1,64	6,8
Agurkas	XVI.1	30	0,27	0,06	0,69	3,3
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	200				
		Iš viso:	**15,69**	**16,23**	**24,99**	**320,72**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis)	I.20	200	2,19	3,16	18,25	106,42
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
Virtas vištienos filė mėsos kukulis (tausojantis)	III.38	90	18,22	3,51	1,15	109,08
Virti ryžiai (tausojantis)	XIV.8	80	2,64	2,11	22,95	124,78
Troškinti morkų kubeliai (tausojantis)	XVI.23	70	0,85	7,19	4,24	84,53
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:	**27,17**	**22,99**	**84,4**	**570,82**

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):	**57,54**	**56,91**	**147,07**	**1260,99**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

3 savaitė
Penktadienis

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
Trintas šaldytų uogų padažas	IV.12	20	0,17	0,1	4,95	19,65
Natūralus jogurtas (2.5%)	X.12	125	3,12	3,75	4,58	66,37
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	VI.6	200	0,05	0,03	0,64	2,17
		Iš viso:	**12,71**	**10,35**	**45,37**	**315,89**

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su ryžių kruopomis (tausojantis)	I.32	200	2,46	4,35	14,7	119,88
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
Keptas žuvies maltinukas (tausojantis)	III.28	75	15,06	6,05	9,86	159,8
Bulvių košė su ciberžolėmis (tausojantis)	XIV.5	80	1,77	2,86	12,88	83,46
Burokėlių salotos (augalinis)	XVI.18	50	1,11	1,75	6,75	39,44
Pomidoras	XVI.3	30	0,3	0,06	1,23	5,1
Vaisiai*	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	200	0,05	0,01	0,77	3,01
		Iš viso:	**24,33**	**18,32**	**82,74**	**582,03**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti makaronai su varške (9%)	VII.6	150	13,86	11,38	31,14	286,62
Natūralus jogurtas 2.5% (padažas)	IV.15	30	1,42	0,76	1,36	18
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	200				
Vaisiai*	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
		Iš viso:	**16,36**	**12,56**	**53,05**	**387,12**
		Iš viso (dienos davinio):	**53,4**	**41,23**	**181,16**	**1285,04**

*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu