Dokumentą elektroniniu parašu
pasirašė VILIJA,PREIKŠAITIENĖ
Data: 2026-09-08 19:47:55

Dokumentą elektroniniu parašu
pasirašė ARVYDAS,GIRDZIJAUSKAS
Data: 2026-10-14 12:55:56

UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ „VILARTINA“
P.Šemetos g. 9, Tauragė, el.paštas: vilartina@gmail.com, tel. +370 687 75231
Kodas 179486536 PVM kodas LT794865314
Duomenys apie juridinį asmenį kaupiami ir saugomi VĮ ”Registrų centras”.

TVIRTINU:

VALGIARAŠTĮ SUDARĖ:
UAB ”VILARTINA” DIREKTORĖ\MAISTO TECHNOLOGĖ
VILIJA PREIKŠAITIENĖ

Klaipėdos Vydūno gimnazija
adresu: Sulupės g. 26, Klaipėda, Klaipėdos apskritis
(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos. vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas. adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)
11m.ir vyresnių metų amžiaus mokiniams
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo _8:00_ iki_15:00_ val.

2026-2027 m.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių košė su obuoliais, sviestu (***avižiniai dribsniai , pienas 2,5%*** , ***sviestas 82%***) (T.)	3-PUSR1T	200.00	9.44	10.89	46.08	308.81
Ryžių traputis su trinta uogiene (A.)	3-PUSRSUM1T	15\15	1.14	0.19	17.21	74.88
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**10.98**	**11.38**	**76.69**	**435.69**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Skaldytų žirnių sriuba su šakninėmis daržovėmis (A. T)	3- SR1AT	150.00	4.03	5.07	16.71	121.18
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Troškinta kiauliena su virtais plikytais ryžiais. keptais svogūnais ir morkomis (T)	3-AN1T	170.00	13.48	12.12	36.46	298.53
Salotos su pekininiais kopūstais. ridikėliais.šviežiais agurkais ir aliejumi (A)	3-SAL1A	100.00	1.14	4.69	3.36	54.53
Pienas 2.5%	3-PIE1	150.00	5.10	3.75	7.35	84.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**26.37**	**26.41**	**90.08**	**674.80**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Skaldytų žirnių sriuba su šakninėmis daržovėmis (A. T)	3- SR1AT	150.00	4.03	5.07	16.71	121.18
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Daržovių risoto su plikytais ryžiais(pupelės, žirneliai, žirniai, morkos, svogūnai)A,T)	4-KT74-13AT	200.00	14.60	15.52	58.85	405.02
Salotos su pekininiais kopūstais. ridikėliais.šviežiais agurkais ir aliejumi (A)	3-SAL1A	100.00	1.14	4.69	3.36	54.53
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**22.39**	**26.06**	**105.12**	**697.29**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai praturtinti avižų sėlenomis su grietinės ir sviesto padažu (***varškė 9%, viso grūdo kvietiniai miltai,kiaušiniai, avižų sėlenos , sviestas 82% , jogurtinė grietinė (15%)***)	3-VAK1T	140/30	20.63	18.34	39.77	401.01
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	100,00	1,00	0,60	13,90	56,00
Iš viso:			**21.63**	**18.94**	**53.67**	**457.01**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (A. T)	3-SR2AT	150.00	3.56	3.00	13.12	79.80
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Kepta vištienos file konvekcinėje krosnyje (kiaušiniai,traškūs kukurūzų dribsniai) (T)	4-P/PAD/AN2/1T	80.00	18.38	5.28	13.56	175.34
Virtos birios grikių kruopos (A, T)	3-GARAT1	100.00	6.06	3.49	33.31	186.35
Kopūstų-pomidorų, porų, kukurūzų salotos (A)	3- SAL2A	100.00	2.52	7.46	7.68	95.98
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	1.00	0.60	13.90	56.00
Iš viso:			**33.74**	**20.31**	**94.37**	**658.03**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (A, T)	3-SR2AT	150.00	3.56	3.00	13.12	79.80
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Pupelių - daržovių troškinys(A. T)	3-KT AT13	150.00	9.94	7.15	41.60	239.60
Virtos birios grikių kruopos (A. T)	3-GARAT1	70.00	3.54	2.37	19.45	112.13
Kopūstų-pomidorų. porų. zų salotos (A)	3- SAL2A	100.00	2.52	7.46	7.68	95.98
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	1.00	0.60	13.90	56.00
Iš viso:			**22.78**	**21.06**	**108.55**	**648.07**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška trijų grūdų dribsnių košė su trinta uogiene***(pienas2,5%,sviestas 82%)*** (tausojantis)	3-PUSR3T	200/15	7,59	5,09	43,04	253,38
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir virtu kiaulienos kumpiu***(ruginiai miltai, sviestas 82%)***	3-PUSRSUM3	30\4\20	2,63	3,91	12,84	97,06
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	100,00	0,70	0,20	14,60	57,00
Iš viso:			**10,91**	**9,20**	**70,48**	**407,45**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Pupelių-perlinių kruopų sriuba (A. T)	3-SR3AT	150.00	5.24	3.43	20.12	118.47
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Konvekcinėje krosnyje kepti lašišų filė kąsneliai (T)	3-ANNM-8T	65.00	15.80	13.02	0.65	179.30
Bulvių košė (T)	G-5	150.00	3.66	0.75	29.64	146.78
Salotos su brokoliais. šviežiais agurkais saulėgrąžomis. linų sėmenimis (A)	3- SAL3A	100.00	4.22	11.15	5.83	132.70
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**31.54**	**29.13**	**82.44**	**693.81**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Pupelių-perlinių kruopų sriuba (A. T)	3-SR3AT	150.00	5.24	3.43	20.12	118.47
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Avinžirnių ir ryžių troškinys su daržovėmis (T. A)	4- AN AG 1AT	200.00	6.55	16.93	30.07	298.83
Salotos su brokoliais. šviežiais agurkais saulėgrąžomis. linų sėmenimis (A)	3- SAL3A	100.00	4.22	11.15	5.83	132.70
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**18.63**	**32.29**	**82.22**	**666.54**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

1 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 brokoliais, ***sūriu*** ir špinatais, keptas konvekcinėje krosnyje (tausojantis)	4-PUSR 2T	120.00	15.77	17.81	3.27	247.69
Šviežių kopūstų salotos su kons.kukurūzais (augalinis)	3-SA14A	30.00	0.77	2.22	2.68	29.82
Kukurūzų traputis	SUM1	30.00	2.1	0.3	23.4	105.6
Nesaldinta kmynų arbata	3-GER1	200.00	0.25	0.18	0.62	4.16
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	80.00	0.32	0.24	10.72	41.6
Iš viso:			**19.21**	**20.75**	**40.69**	**428.87**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Šviežių kopūstų/raugintų kopūstų sriuba sriuba(A, T)	3-SR4AT	150.00	1.56	3.24	8.54	64.83
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Varškės ir manų apkepas (varškė 9%. manų kruopos.kiaušiniai. pienas 2.5%.jogur.grietinė15%. sviestas 82%)(T)	3-AN4T	150.00	19.71	14.79	24.21	311.21
Jogurtinė grietinė (15%) su trintomis uogomis	3-ANPAD4	30.00	0.65	3.03	3.33	42.78
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais. porais. smulkintomis saulėgrąžomis. alyvuogių aliejumi (A)	3-SAL4A	150.00	2.24	9.69	14.36	130.41
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**26.78**	**31.53**	**76.64**	**665.77**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Šviežių kopūstų/raugintų kopūstų sriuba sriuba(A, T)	3-SR4AT	150.00	1.56	3.24	8.54	64.83
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Virti pilno grūdo makaronai su pupelės šparaginės, žaliais žirneliais,morkomis, svogūnais, priekoninėmis žolelėmis (A. T)	Nr.3-VAK3AT	150\50	9.69	8.73	51.39	313.90
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais. porais. smulkintomis saulėgrąžomis. alyvuogių aliejumi (A)	3-SAL4A	150.00	2.24	9.69	14.36	130.41
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**16.11**	**22.44**	**100.49**	**625.68**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su sviestu cinamonu ***(manų kruopos, pienas 2,5% ,sviestas 82%)*** (tausojantis)	3-PUSR5T	200,00	7,68	6.93	37,68	244,03
Viso grūdo ruginė duona su varškės sūreliu***(ruginiai miltai, varškė 9%)***	3-PUSRSUM5	30\4\20	3,25	3,48	16,89	111,40
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	100,00	0,40	0,30	13,40	52,00
Iš viso:			**11,33**	**10,71**	**67,97**	**407,43**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Kreminė daržovių sriuba (A. T)	3-SR5AT	150.00	1.64	3.21	9.90	67.24
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Apkeptas ir garintas garais paukštienos maltinis su sezamo sėklomis (kiaušiniai, kukurūzų miltai) (T, keptas su garais)	4- P/AN5T	80.00	15.53	5.77	7.37	147.40
Biri plikytų ryžių kruopų košė su ciberžole (A, T)	3-GARAT7/1	150.00	4.85	3.21	42.11	222.45
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis (A)	3-SAL5A	100.00	2.81	8.20	11.35	129.05
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**27.45**	**21.17**	**96.93**	**682.68**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Kreminė daržovių sriuba (A. T)	3-SR5AT	150.00	1.64	3.21	9.90	67.24
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Daržovių troškinys su žirniais(cukinijos ,bulvės,žirniai, morkos, svogūnai) (A, T)	4- KT7AT	300.00	10.94	14.52	48.88	350.42
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis (A)	3-SAL5A	100.00	2.81	8.20	11.35	129.05
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**18.01**	**26.71**	**96.33**	**663.25**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

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	
Pieniška ***trijų grūdų dribsnių*** košė su cinamonu ***(pienas 2,5%, sviestas 82%)*** (tausojantis)	3-PUSR6	200,00	7,91	8,68	38,75	274,84
Viso grūdo duona su tepamu varškės sūreliu (***ruginiai miltai,varškė, jogurtas 2,5%)***	3-PUSRSUM6	55,00	6,13	2,81	12,86	101,63
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	100,00	0,40	0,10	9,80	45,00
Iš viso:			**14,44**	**11,59**	**61,41**	**421,47**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Žaliųjų lęšių ir bolivinių balandų sriuba su daržovėmis (A, T)	3-SR32AT	150.00	4.82	0.77	15.79	89.00
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Kiaulienos šnicelis (T)	4-PKAN18T	90.00	15.87	10.23	6.82	182.79
Virti makaronai (A, T)	3-GARAT8	100.00	6.75	3.44	26.10	170.23
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	3- SAL6A	100.00	0.92	6.20	5.04	74.83
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**30.98**	**21.42**	**79.95**	**633.39**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Žaliųjų lęšių ir bolivinių balandų sriuba su daržovėmis (A, T)	3-SR32AT	150.00	4.82	0.77	15.79	89.00
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Ryžių plovas su daržovėmis ir pievagrybiais	4-PKRD-8AT	250.00	7.36	13.30	57.29	355.13
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	3- SAL6A	100.00	0.92	6.20	5.04	74.83
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**15.72**	**21.05**	**104.32**	**635.50**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

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	
Saldus ryžių pudingas ***(pienas 2.5%, sviestas 82%***) (tausojantis)	3-PUSR10	170,00	4,78	4,10	42,70	219,48
Viso grūdo ruginė duona su ***sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 40%***	3-PUSRSUM10	30\4\20	10,54	10,18	12,85	185,11
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Iš viso:			**16,02**	**14,58**	**64,95**	**442,59**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Daržovių sriuba su ryžiais (A. T)	3-SR7AT	150.00	2.10	3.46	16.96	102.98
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Lietiniai blynai su varške(9%), jogurto 2,5% - uogų padažu	4-VAKP8T	100/50/40	17.38	10.37	46.07	340.12
Kopūstų-pomidorų, porų, kukurūzų salotos (A)	3- SAL2A	100.00	2.52	7.46	7.68	95.98
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**24.62**	**22.07**	**96.91**	**655.62**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Daržovių sriuba su ryžiais (A. T)	3-SR7AT	150.00	2.10	3.46	16.96	102.98
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Žirnių šutininė	4-DRŽ15AT	200.00	9.05	5.73	45.31	253.20
Kopūstų-pomidorų, porų, kukurūzų salotos (A)	3- SAL2A	150.00	3.78	11.19	11.52	143.97
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**17.55**	**21.16**	**99.99**	**616.69**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

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	
Keturių grūdų dribsnių košė(***avižiniai, miežiniai po -30%, ruginiai-15%,*** sorų dribsniai-25%) (augalinis, tausojantis)	3-PUSR8AT	200,00	5,34	8,13	32,80	229,53
Viso grūdo ruginė duona su avinžirnių užtepėle (ruginiai miltai)(augalinis)	3-PUSRSUM8	35/30	4,30	6,07	20,66	152,56
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	100,00	0,70	0,20	14,60	57,00
Iš viso:			**10,34**	**14,40**	**68,07**	**439,09**

1 variantas **Pietūs 11:30- 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 sriuba (A, T)	3-SR8AT	150.00	1.86	3.34	13.06	83.90
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Kalakutienos mėsos troškinys su morkomis, svogūnais, natūraliu pomidorų padažu (T)	3-ANNP8T	110.00	13.85	9.99	13.63	196.27
Veganiška perlinių kruopų košė (A) (T)	3-GARA11/1Vg	100.00	2.78	4.39	21.36	136.09
Salierų. pekininių kopūstų. morkų. agurkų.obuolių. porų salotos su alyvuogių aliejumi (A)	3- SAL8A	100.00	0.98	5.23	6.13	68.34
Pienas 2.5%	3-PIE1	150.00	5.10	3.75	7.35	84.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**27.19**	**27.48**	**87.73**	**685.14**

2 variantas **Pietūs 11:30- 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 sriuba (A, T)	3-SR8AT	150.00	1.86	3.34	13.06	83.90
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Pupelių troškinys su moliūgu, cukinija, kukurūzais ir perlinėmis kruopomis(A.,T.)	4-DARKR-21AT	200.00	10.26	8.38	42.88	287.62
Salierų. pekininių kopūstų. morkų. agurkų.obuolių. porų salotos su alyvuogių aliejumi (A)	3- SAL8A	100.00	0.98	5.23	6.13	68.34
Pienas 2.5%	3-PIE1	200.00	6.80	5.00	9.80	112.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**22.52**	**22.73**	**98.07**	**668.40**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

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	
Kepti varškėčiai praturtinti avižų sėlenėlėmis , aguonomis(varškė 9% , manų kruopos,viso grūdo miltai, kiaušiniai) (keptas konvekcinėje)	4-VAKNM13T	130	22.71	18.34	32.25	376.2
Jogurtinė grietinė(15%) su trintomis uoguomis	PAD1	30/20	0.36	1.68	10.86	58.37
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	100,00	0,40	0,10	9,80	45,00
Iš viso:			**23.47**	**20.12**	**52.91**	**479.57**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Tiršta pupelių sriuba su perlinėmis kruopomis (A. T)	3-SR9AT	150.00	5.09	3.01	19.77	112.49
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Troškinti žuvies file kepsneliai sūrio padaže (kiaušiniai. manų kr.. lydytas sūris (50 %))(T)	3- AN9T	85\10	16.20	8.80	8.73	180.46
Biri plikytų ryžių kruopų košė su ciberžole (A. T)	3-GARAT7	100.00	2.61	2.69	28.18	141.33
Morkų salotos su žaliaisiais žirneliais. porais (A)	3- SAL9A	100.00	1.74	7.18	5.59	85.72
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**28.26**	**22.46**	**88.47**	**636.54**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Tiršta pupelių sriuba su perlinėmis kruopomis (A. T)	3-SR9AT	150.00	5.09	3.01	19.77	112.49
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Daržovių troškinys su grikiais (žiediniai kop.,moliūgai,paprika, morkos, svogūnai) (A.T.)	4- PD/KR-2AT	300.00	9.26	13.98	51.84	357.56
Morkų salotos su žaliaisiais žirneliais. porais (A)	3- SAL9A	100.00	1.74	7.18	5.59	85.72
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**17.97**	**24.79**	**99.13**	**650.81**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

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	
Virti varškės bulviniai kukulaičiai ***(varške 9%, kiaušiniai***) (tausojantis)	3-VAK/PAD 14T	200,00	10.07	4.4	68.73	342.95
Jogurtinės grietinės (15%)-sviesto 82% padažas	PAD2	30	0.62	3.23	0.6	33.99
Nesaldinta kmynų arbata	3-GER2	200,00	0,25	0,18	0,62	4,16
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	100,00	1,20	0,30	23,10	97,00
Iš viso:			**12.14**	**8.11**	**93.05**	**478.1**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (A) (T)	4-SR26T	150.00	2.67	3.24	20.1	115.37
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Garuose virti vištienos kukuliai (kiaušiniai,varškė 9%,pienas 2,5%) (T)	4- ANP10T	100.00	19.36	7.95	7.90	182.19
Virtos birios grikių kruopos (A, T)	3-GARAT1	80.00	4.85	2.79	26.65	149.08
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis (A)	3- SAL5A	100.00	2.81	8.20	11.35	129.05
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**31.57**	**22.80**	**87.93**	**670.73**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (A) (T)	4-SR26T	150.00	2.67	3.24	20.1	115.37
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Raudonieji lęšiai su daržovių troškiniu(brokoliais ir pomidorų padažu)(A, T)	5-DAR/KR18AT	170.00	13.30	17.82	36.41	340.19
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis (A)	3- SAL5A	80.00	2.25	6.56	9.08	103.24
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**20.84**	**28.40**	**91.79**	**675.34**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

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	
Virti makaronai su daržovių ir dešrelių padažu (tausojantis)	3-VAK/PAD 15T	140/80	11.57	18.95	43.48	386.31
Agurkai šviežūs. pjaustyti	3- SA16A	40	0.32	0.08	0.92	4.4
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	100,00	0,40	0,30	13,40	52,00
Iš viso:			**12.29**	**19.33**	**57.8**	**442.71**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Tiršta lęšių sriuba (A,T)	3-SR11AT	150.00	8.96	2.44	24.74	146.37
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Kiaulienos troškinys su šparaginėmis pupelėmis, morkomis, svogūnais, natūraliu pomidorų-grietinės padažu (grietinė 15%. kvietiniai miltai) (T)	3- AN14	65/55	17.23	12.96	9.87	218.74
Virtos birios grikių kruopos(A, T)	3-GARAT1	70.00	3.54	2.37	19.45	112.13
Šviežių kopūstų –morkų salotos su kons.kukurūzais (A)	3- SA14A	100.00	2.56	7.48	8.92	100.27
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**34.17**	**25.87**	**84.91**	**672.55**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Tiršta lęšių sriuba (A. T)	3-SR11AT	150.00	8.96	2.44	24.74	146.37
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Pupelių-daržovių troškinys (A., T.)	3-DAR-13AT	200.00	12.38	9.34	40.14	292.02
Šviežių kopūstų –morkų salotos su kons.kukurūzais (A)	3- SA14A	100.00	2.56	7.48	8.92	100.27
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**26.52**	**20.04**	**100.00**	**655.20**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

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	
Pieniška perlinių kruopų košė (***pienas 2,5%,perlinės kr.,sviestas 82%, kviečių sėlenos)*** (tausojantis)	3-PUSR12	200,00	9,34	7,40	45,28	252,27
Viso grūdo ruginė duona su sviestu(82%) ir fermentiniu sūriu 40%	3-PUSRSUM10	30\4\20	10,54	10,18	12,85	185,11
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	100,00	0,40	0,30	13,40	52,00
Iš viso:			**20,28**	**17,88**	**71,52**	**489,38**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Pupelių, ryžių ir daržovių sriuba (A. T)	3-SR12AT	150.00	4.52	2.33	17.15	96.03
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Kepta riebios žuvies file su daržovėmis (lašiša) (majonezas. viso grūdo kvietiniai miltai) (T)	3- AN12-1T	75(50/25)	12.43	13.44	7.73	196.89
Virti makaronai (A, T)	3-GARAT8	100.00	6.75	3.44	26.10	170.23
Lapinės salotos su ridikėliais ir šviežiais.agurkais (A)	3- SA18A	100.00	1.07	6.72	3.26	78.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**27.39**	**26.71**	**80.44**	**657.69**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Pupelių. ryžių ir daržovių sriuba (A. T)	3-SR12AT	150.00	4.52	2.33	17.15	96.03
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.54
Lęšių troškinys su daržovėmis	4KR/DAR/AT18	200.00	18.01	18.59	42.88	386.35
Lapinės salotos su ridikėliais ir šviežiais.agurkais (A)	3- SA18A	100.00	1.07	6.72	3.26	78.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**26.22**	**28.42**	**89.49**	**676.92**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą*

3 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su brokoliais, sūriu ir špinatais, keptas konvekcinėje krosnyje ***(tausojantis)***	4-PUSR 2T	120	15.77	17.81	3.27	247.69
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 40%	3-PUSRSUM10	30\4\20	10,54	10,18	12,85	185,11
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	100,00	0,70	0,20	14,60	57,00
Iš viso:			**27.01**	**28.19**	**30.72**	**489.8**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Pomidorinė sriuba (A. T)	3- SR13AT	150.00	2.11	3.45	19.70	111.62
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Konvekcinėje keptas vištienos šlaunelių kepsnys(keptas su garais)(T)	3- AN 13	80.00	14.28	8.08	10.90	171.41
Biri plikytų ryžių kruopų košė su ciberžole (A. T)	3-GARAT7	100.00	2.61	2.69	28.18	141.33
Virtų burokėlių salotos su žaliais žirneliais. agurkais (A)	3- SA11A	100.00	2.13	7.64	9.35	114.40
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.40	13.00	53.00
Iš viso:			**23.75**	**22.74**	**93.93**	**656.32**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Pomidorinė sriuba (A. T)	3- SR13AT	150.00	2.11	3.45	19.70	111.62
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Daržovių risoto su plikytais ryžiais(pupelės,žirneliai, žirniai, morkos)(A, T)	4-KT74-13AT	150.00	10.95	11.64	44.14	303.77
Virtų burokėlių salotos su žaliais žirneliais. agurkais (A)	3- SA11A	100.00	2.13	7.64	9.35	114.40
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.40	13.00	53.00
Iš viso:			**17.81**	**23.61**	**98.99**	**647.35**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą*

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	
Pieniška ryžių kruopų košė su vaisiais ir cinamonu ***, sviestas 82%*** (tausojantis)	3-PUSR/KOŠ 14	200,00	5.31	6,63	45,65	254,10
Viso grūdo sumuštinis su ***kiaušiniais (ruginiai miltai, sviestas (82%))***	3-PUSRSUM 14	25\3\20	4,09	4,98	10,81	104,38
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	VAI1	100,00	0,40	0,10	9,80	45,00
Iš viso:			**9,79**	**11,72**	**66,27**	**403,48**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Avinžirnių ir miežinių kruopų sriuba (A. T)	3-SR15AT	150.00	3.55	3.69	14.73	105.50
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Konvekcinėje krosnyje keptas kiaulienos mėsos - daržovių (kopūstų) maltinis (T)	3-ANNM7T	100.00	15.91	8.06	6.90	164.38
Virtos bulvės su žaluma(A, T)	3-GARAT7	100.00	2.00	0.10	18.26	81.59
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A. T)	3- SAL6A	100.00	0.92	6.20	5.04	74.83
Pienas 2.5%	3-PIE1	200.00	6.80	5.00	9.80	112.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**31.80**	**23.83**	**80.93**	**654.86**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Avinžirnių ir miežinių kruopų sriuba (A. T)	3-SR15AT	150.00	3.55	3.69	14.73	105.50
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Daržovių troškinys su žirniais(cukinijos ,bulvės,žirniai, morkos, svogūnai) (A, T)	AT4-DAR/Vg/7AT	200.00	7.26	9.75	32.54	233.62
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A. T)	3- SAL6A	100.00	0.92	6.20	5.04	74.83
Pienas 2.5%	3-PIE1	200.00	6.80	5.00	9.80	112.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**21.15**	**25.42**	**88.31**	**642.51**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

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	
Virti varškėčiai praturtinti avižų sėlenomis su grietinės ir sviesto padažu ***(varškė 9%, viso grūdo kvietiniai miltai,kiaušiniai, avižų sėlenos , sviestas 82% , jogurtinė grietinė (15%))***	3-VAK1T	140/30	20.63	18.34	39.77	401.01
Nesaldinta arbata	3-GER1	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	100,00	0,70	0,20	14,60	57,00
Iš viso:			**14,15**	**10,77**	**76,91**	**447,70**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Tiršta barštukų sriuba su pupelėmis (A, T)	3-SR14AT	150.00	3.29	4.26	12.97	92.09
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Traškios vištienos blauzdelės(keptos konvekcinėje, T)	3-AN13T	95.00	21.46	8.40	13..37	215.72
Birūs virti plikyti ryžiai (Augalinis,Tausojantis)	3-GARAT7	100.00	2.61	2.69	28.16	141.26
Kopūstų- pomidorų, porų, salotos (A)	3- SAL2A	100.00	2.52	7.46	7.68	95.98
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**32.50**	**23.59**	**75.01**	**661.61**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė. g			Energinė vertė. kcal
			baltymai. g	riebalai. g	angliavandeniai. g	
Tiršta barštukų sriuba su pupelėmis (A, T)	3-SR14AT	150.00	3.29	4.26	12.97	92.09
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.80	64.56
Sveikatai palankus troškinys(avinžirniai , pupelės, morkos, salierai, svog.)(A, T)	Nr.5-5/4ATGPVVg 10N	300.00	11.64	6.27	40.35	264.12
Kopūstų- pomidorų, porų, salotos (A)	3- SAL2A	150.00	3.78	11.19	11.52	143.97
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**21.33**	**22.50**	**91.04**	**616.74**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

4savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis)	A-6	250.00	9.24	9.49	35.11	267.83
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir virtu kiaulienos kumpiu(ruginiai miltai. sviestas 82%)	3-PUSRSUM3	30\4\20	2.63	3.91	12.84	97.04
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**12.27**	**13.70**	**61.35**	**416.87**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Pupelių sriuba (T)(A)	F-1	150.00	4.81	2.32	17.76	100.24
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Kietųjų kviečių makaronai su kalakutiena(T)	5-PMD1T	200.00	13.53	6.95	39.51	277.55
Raugintų kopūstų salotos su svogūnais ir aliejumi(A)	K-3	100.00	0.89	6.35	5.58	84.97
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	K-0	25/25	0.53	0.18	2.23	12.58
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	VS-1	150.00	1.08	0.42	20.55	82.50
		Viso:	**23.06**	**16.70**	**98.43**	**622.38**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Pupelių sriuba (T)(A)	F-1	150.00	4.81	2.32	17.76	100.24
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Raudonieji lęšiai su daržovių troškiniu (A, T)	5-DAR/KR17AT	200.00	15.65	20.96	42.83	400.22
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	K-0	25/25	0.53	0.18	2.23	12.58
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**23.61**	**24.24**	**89.02**	**629.58**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

4 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu (45%) (T)	C-2	120.00	20.06	19.25	7.39	283.11
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	40.00	2.96	0.64	17.07	86.08
Agurkai	18/22 1	20.00	0.16	0.04	0.46	2.20
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**23.58**	**20.23**	**38.32**	**423.39**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Špinatų sriuba su grietine 30%(T)	F-6	150.00	1.46	3.00	9.41	69.98
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Varškės kukurūzinis pudingas(T)	3-VAK8T	150.00	18.48	19.78	29.48	371.11
Jogurtinės(10%) grietinės ir uogų-vaisių tyrės padažas	5-P/V/P5	35.00	0.97	2.53	2.62	36.70
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais, porais, smulkintomis saulėgrąžomis(A)	3-SAL4A	70.00	1.05	4.52	6.71	60.86
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**24.58**	**30.61**	**74.42**	**655.19**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Špinatų sriuba su grietine 30%(T)	F-6	150.00	1.46	3.00	9.41	69.98
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Avinžirnių ir daržovių troškinys (A)	5-DAR/KR 16AT	200.00	8.51	7.90	51.14	335.60
Žalumynų padažas(A)	3-PADAT1	7.00	0.03	6.39	0.10	56.96
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais, porais, smulkintomis saulėgrąžomis(A)	3-SAL4A	70.00	1.05	4.52	6.71	60.86
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**13.67**	**22.59**	**93.56**	**639.94**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

4 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (T)	MILT-1	180.00	8.88	2.06	54.16	270.74
Sviesto-grietinės padažas (T)	PAD-10	30.00	0.48	17.40	0.60	160.92
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**9.76**	**19.76**	**68.16**	**483.66**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Žiedinių kopūstų sriuba (A) (T)	1-SR19T	150.00	1.51	4.93	8.27	78.72
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Konvekcinėje krosnyje kepti jūrinių lydekų file maltinukai(T)	NMŽ-3	95.00	19.53	9.85	5.88	196.02
Bulvių košė (T)	G-5	100.00	2.44	0.50	19.76	97.85
Burokėlių ir obuolių salotos su aliejumi(A)	K-14	80.00	1.02	4.99	7.80	75.54
Šviežių daržovių rinkinukas (1 rūšies daržovės)	K-011	25.00	0.20	0.05	0.57	2.75
Pienas 2.5%	3-PIE1	200.00	6.80	5.00	9.80	112.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**34.12**	**26.10**	**78.28**	**679.42**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Žiedinių kopūstų sriuba (A) (T)	1-SR19T	150.00	1.51	4.93	8.27	78.72
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Žirnių šutininė (A. T)	4-DRŽ15AT	170.00	7.69	6.72	46.99	287.47
Burokėlių ir obuolių salotos su aliejumi(A)	K-14	80.00	1.02	4.99	7.80	75.54
Šviežių daržovių rinkinukas (1 rūšies daržovės)	K-011	25.00	0.20	0.05	0.57	2.75
Pienas 2.5%	3-PIE1	200.00	6.80	5.00	9.80	112.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**19.84**	**22.47**	**99.63**	**673.02**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

4 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blyneliai su obuoliais, praturtinti kviečių sėlenomis (keptas)	3-M11T	150.00	10.79	11.09	52.04	340.19
Jogurtinė grietinė (15%) su trintomis uogomis	3-PAD 2	30.00	0.65	3.03	3.33	42.78
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**11.84**	**14.42**	**68.77**	**434.97**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Avinžirnių sriuba (A) (T)	4-SR27T	150.00	2.03	4.83	7.81	82.82
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Įdaryti kopūstai su kiaulienos mėsa , troškinti pomidorų padaže(T)	4-DRŽKKR-55T	150\30	14.38	17.09	14.67	260.08
Virtos bulvės su žaluma(A, T)	3-GARAT7	100.00	2.00	0.10	18.26	81.59
Pekino kopūstų,agurkų,pomidorų salotos su aliejumi(A)	K-7	100.00	2.08	9.98	8.04	130.22
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**23.11**	**32.78**	**74.98**	**671.25**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Avinžirnių sriuba (A) (T)	4-SR27T	150.00	2.03	4.83	7.81	82.82
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Ryžių plovas su daržovėmis ir pievagrybiais (A, T)	4-PKRD-8AT	220.00	6.48	11.70	50.42	312.51
Pekino kopūstų,agurkų,pomidorų salotos su aliejumi(A)	K-7	100.00	2.08	9.98	8.04	130.22
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**13.21**	**27.29**	**92.47**	**642.09**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

4 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su fermentiniu sūriu (T)	MAK-1	220.00	13.92	15.99	48.00	391.55
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**14.32**	**16.29**	**61.40**	**443.55**

1 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Barščių sriuba su grietine (30%)(T)	F-5	150.00	1.42	2.84	11.36	76.63
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Konvekcinėje krosnyje keptas vištienos filė kepsnelis pagardintas prieskoninėmis žolelėmis(T)	NM-45	80.00	19.93	5.60	0.39	133.77
Virti makaronai(A, T)	3-GARAT8	100.00	6.75	3.44	26.10	170.23
Pekino salotų, agurkų, pomidorų salotos su aliejumi (A)	SAL23A	100.00	2.08	9.98	8.04	130.22
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**32.80**	**22.64**	**72.09**	**627.39**

2 variantas **Pietūs 11:30- 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė.g			Energinė vertė.kcal
			Baltymai.g	Riebalai.g	Angliavandeniai.g	
Barščių sriuba su grietine (30%)(T)	F-5	150.00	1.42	2.84	11.36	76.63
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	30.00	2.22	0.48	12.8	64.54
Pupelių-daržovių troškinys su perlinėmis kruopomis(A. T)	4-DARKR-21AT	200.00	12.33	8.56	46.94	308.47
Pekino salotų, agurkų, pomidorų salotos su aliejumi (A)	SAL23A	100.00	2.08	9.98	8.04	130.22
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
		Viso:	**18.45**	**22.16**	**92.54**	**631.86**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***
**Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*