Dokumentą elektroniniu parašu
pasirašė VILIJA,PREIKŠAITIENĖ
Data: 2026-09-08 19:46:47

Dokumentą elektroniniu parašu
pasirašė ARVYDAS,GIRDZIJAUSKAS
Data: 2026-10-14 12:57:51

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)

6-10 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) (A)	3-VAIS1	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**10.90**	**11.32**	**74.01**	**425.29**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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:			**20.53**	**22.50**	**78.46**	**569.28**

2variantas **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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Daržovių risoto su plikytais ryžiais(pupelės, žirneliai, žirniai, morkos, svogūnai)A,T)	4-KT74-13AT	160.00	11.68	12.42	47.08	324.02
Salotos su pekininiais kopūstais. ridikėliais.šviežiais agurkais ir aliejumi (A)	3-SAL1A	80.00	0.92	3.76	2.70	43.70
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**18.43**	**21.81**	**85.74**	**573.54**

* 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) (A)	3-VAI1	100.00	0.70	0.42	9.73	39.20
Iš viso:			**21.33**	**18.76**	**49.50**	**440.21**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	70.00	3.54	2.37	19.45	112.13
Kopūstų-pomidorų. porų. kukurūzų salotos (A)	3- SAL2A	80.00	2.02	5.96	6.14	76.77
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	1.00	0.60	13.90	56.00
Iš viso:			**29.98**	**17.53**	**74.70**	**543.08**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	50.00	3.03	1.75	16.66	93.18
Kopūstų-pomidorų. porų. kukurūzų salotos (A)	3- SAL2A	80.00	2.02	5.96	6.14	76.77
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**20.31**	**18.39**	**95.43**	**568.79**

* 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%) (T)	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) (A)	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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Konvekcinėje krosnyje kepti lašišų filė kąsneliai (T)	3-ANNM-8T	65.00	15.80	13.02	0.65	179.30
Bulvių košė su pienu (2,5%) (T)	G-5	100.00	2.31	0.41	17.80	83.68
Salotos su brokoliais. šviežiais agurkais saulėgrąžomis. linų sėmenimis (A)	3- SAL3A	80.00	3.38	8.92	4.67	106.16
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**28.61**	**26.40**	**65.17**	**582.65**

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	64.56
Avinžirnių ir ryžių troškinys su daržovėmis (T. A)	4- AN AG 1AT	150.00	4.91	12.70	22.55	224.12
Salotos su brokoliais. šviežiais agurkais saulėgrąžomis. linų sėmenimis (A)	3- SAL3A	80.00	3.38	8.92	4.67	106.16
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**16.15**	**25.83**	**73.54**	**565.31**

* 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 (T)	4-PUSR 2T	120.00	15.77	17.81	3.27	247.69
Šviežių kopūstų salotos su kons.kukurūzais (A)	3-SA14A	30.00	0.77	2.22	2.68	29.82
Kukurūzų traputis	SUM1	30.00	2.10	0.30	23.40	105.60
Nesaldinta kmynų arbata	3-GER1	200.00	0.25	0.18	0.62	4.16
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	20.00	0.36	1.53	3.05	26.98
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais. porais. smulkintomis saulėgrąžomis. alyvuogių aliejumi (A)	3-SAL4A	70.00	1.04	4.52	6.70	60.85
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**24.55**	**24.70**	**64.43**	**558.91**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Virti pilno grūdo makaronai su šparaginėmis, žaliais žirneliais, morkomis, svogūnais, priekoninėmis žolelėmis (A, T)	Nr.4-VMP3AT	150/50	9.69	8.73	51.39	313.90
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais. porais. smulkintomis saulėgrąžomis. alyvuogių aliejumi (A)	3-SAL4A	100.00	1.49	6.46	9.57	86.94
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**14.54**	**18.99**	**88.75**	**550.31**

* 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%) (T)	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) (A)	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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	100.00	3.23	2.14	28.07	148.30
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	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**25.01**	**19.88**	**75.94**	**576.63**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Daržovių troškinys su žirniais(cukinijos .bulvės.žirniai. morkos. svogūnai) (A. T)	4- KT7AT	200.00	7.29	9.68	32.59	233.61
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis (A)	3-SAL5A	100.00	2.81	8.20	11.35	129.95
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**13.54**	**21.65**	**73.09**	**515.44**

* 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%)(T)	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) (A)	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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Kiaulienos šnicelis (T)	4-PKAN18T	90.00	15.87	10.23	6.82	182.79
Virti makaronai (A, T)	3-GARAT8	80.00	5.40	2.75	20.88	136.18
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	80.00	0.32	0.08	7.84	36.00
Iš viso:			**28.81**	**20.35**	**64.90**	**561.84**

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	64.56
Ryžių plovas su daržovėmis ir pievagrybiais	4-PKRD-8AT	200.00	5.89	10.64	45.83	284.10
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:			**14.25**	**18.39**	**92.86**	**564.49**

* 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%) (T)	3-PUSR10	150.00	4.22	3.62	37.68	192.66
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) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**15.04**	**14.01**	**59.91**	**414.17**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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-SAL7A	60.00	1.52	4.47	4.62	57.55
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**22.76**	**18.83**	**85.56**	**580.09**

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	64.56
Žirnių šutininė	4-DRŽ15AT	200.00	9.05	5.73	45.31	253.20
Kopūstų- pomidorų. porų. kukurūzų salotos (A)	3-SAL7A	60.00	1.52	4.47	4.62	57.55
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**15.29**	**14.44**	**93.09**	**530.29**

* 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%) (A, T)	3-PUSR8AT	200,00	5.34	8.13	32.80	229.53
Viso grūdo ruginė duona su avinžirnių užtepėle (ruginiai miltai)(A)	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) (A)	3-VAI1	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**9.96**	**14.44**	**64.18**	**423.69**

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	
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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Kalakutienos mėsos troškinys su morkomis. svogūnais. natūraliu pomidorų padažu (jogurtinė grietinė 15%) (T)	3-ANNP8T	90.00	12.13	6.40	11.01	147.14
Veganiška perlinių kruopų košė (A) (T)	3-GARA11/1Vg	80.00	2.22	3.51	17.09	108.87
Salierų. pekininių kopūstų. morkų. agurkų.obuolių. porų salotos su alyvuogių aliejumi (A)	3- SAL8A	85.00	0.94	5.20	4.81	63.44
Pienas 2.5%		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:			**24.13**	**22.82**	**75.25**	**582.39**

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	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (A. T)	3-SR8AT	150.00	1.86	3.34	13.06	83.90
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	60.00	0.59	3.14	3.68	41.00
Pienas 2.5%		150.00	5.10	3.75	7.35	84.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAI1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**19.57**	**19.14**	**84.88**	**575.96**

* 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	130.00	22.71	18.34	32.25	376.20
Jogurtinė grietinė(15%) su trintomis uoguomis	PAD1	30.00	0.22	1.01	6.52	35.02
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**23.21**	**19.56**	**48.15**	**447.62**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	70.00	2.16	1.72	19.21	95.34
Morkų salotos su žaliaisiais žirneliais. porais (A)	3- SAL9A	85.00	2.18	6.25	10.82	94.47
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.80	0.20	11.00	43.00
Iš viso:			**27.91**	**20.30**	**78.06**	**568.80**

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	
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)	4- PD/KR-2AT	150.00	4.63	6.99	25.92	178.78
Biri plikytų ryžių kruopų košė su ciberžole (A. T)	3-GARAT7	50.00	1.31	1.35	14.09	70.67
Morkų salotos su žaliaisiais žirneliais. porais (A)	3- SAL9A	85.00	2.18	6.25	10.82	94.47
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**14.97**	**18.13**	**88.51**	**535.85**

* 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) (T)	3-VAK/PAD 14T	200.00	10.07	4.40	68.73	342.95
Jogurtinės grietinės (15%)-sviesto 82% padažas	PAD2	30.00	0.62	3.23	0.60	33.99
Nesaldinta kmynų arbata	3-GER2	200.00	0.25	0.18	0.62	4.16
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**11.26**	**8.05**	**80.67**	**422.70**

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	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (A) (T)	4-SR26T	150.00	2.67	3.24	20.10	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	75.00	14.52	5.96	5.93	136.67
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	80.00	2.25	6.56	9.08	103.24
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**26.05**	**19.08**	**79.67**	**583.80**

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	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (A) (T)	4-SR26T	150.00	2.67	3.24	20.10	115.37
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	15.00	1.11	0.24	6.40	32.28
Raudonieji lęšiai su daržovių troškiniu(brokoliais ir pomidorų padažu)(A, T)	5-DAR/KR18AT	150.00	11.74	15.72	32.13	300.17
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	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**18.05**	**25.97**	**77.09**	**587.46**

* 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 (T)	3-VAK/PAD 15T	140/80	11.57	18.95	43.48	386.31
Agurkai šviežūs. pjaustyti	3- SA16A	40.00	0.32	0.08	0.92	4.40
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**12.17**	**19.24**	**53.78**	**427.11**

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	100.00	5.91	2.29	16.36	102.58
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\35	16.58	10.11	6.43	179.12
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	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**30.39**	**22.81**	**70.41**	**578.74**

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	100.00	5.91	2.29	16.36	102.58
Viso grūdo ruginė duona ***(ruginiai miltai***)	3-SUM1	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**22.65**	**19.67**	**84.67**	**579.51**

* 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) (T)	3-PUSR12	200,00	7.01	5.55	33.96	189.20
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) (A)	3-VAIS1	100,00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**17.95**	**16.03**	**60.21**	**426.31**

1variantas **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	15.00	1.11	0.24	6.40	32.28
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	80.00	5.25	2.37	20.30	129.70
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	80.00	0.32	0.24	10.72	41.60
Iš viso:			**24.70**	**25.34**	**65.56**	**574.50**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Lęšių troškinys su daržovėmis	4KR/DAR/AT18	150.00	13.51	13.94	32.16	289.76
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	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**20.86**	**23.52**	**70.48**	**543.23**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***

**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą*

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	
Omletas su brokoliais, sūriu ir špinatais, keptas konvekcinėje krosnyje (T)	4-PUSR 2T	120.00	15.77	17.81	3.27	247.69
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 40%	3-PUSRSUM10	25\4\15	8.59	8.29	10.47	150.83
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**24.64**	**26.31**	**23.12**	**434.92**

1variantas **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	15.00	1.11	0.24	6.40	32.28
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	70.00	1.83	1.88	19.73	98.93
Virtų burokėlių salotos su žaliais žirneliais. agurkais (A)	3- SA11A	80.00	1.79	6.12	8.08	93.83
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.49	0.14	10.22	39.90
Iš viso:			**21.61**	**19.91**	**75.03**	**547.97**

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	15.00	1.11	0.24	6.40	32.28
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	80.00	1.79	6.12	8.08	93.83
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.40	13.00	53.00
Iš viso:			**16.36**	**21.85**	**91.32**	**594.50**

* 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%(T)	3-PUSR/KOŠ14	200,00	5.31	6,63	45,65	254,10
Viso grūdo sumuštinis su ***kiaušiniais (ruginiai miltai, sviestas (82%))***	3-PUSRSUM14	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) (A)	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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	150.00	5.10	3.75	7.35	84.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**29.24**	**22.33**	**70.19**	**589.74**

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

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	150.00	5.10	3.75	7.35	84.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**18.59**	**23.92**	**77.57**	**577.39**

* 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) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**20.91**	**18.55**	**49.15**	**437.41**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	70.00	1.83	1.88	19.71	98.88
Kopūstų- pomidorų, porų, salotos (A)	3- SAL2A	70.00	1.76	5.22	5.38	67.19
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Iš viso:			**30.22**	**20.38**	**59.99**	**568.92**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Sveikatai palankus troškinys(avinžirniai , pupelės, morkos, salierai, svog.)(A, T)	Nr.5-5/4ATGPVVg 10N	250.00	9.70	5.23	33.63	220.10
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:			**18.65**	**21.30**	**80.05**	**551.20**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***

**Salotos . vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*

4 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 grikių kruopų košė (tausojantis)	A-6	220.00	8.13	8.35	30.90	235.69
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir virtu kiaulienos kumpiu(ruginiai miltai. sviestas 82%)	3-PUSRSUM3	20\4\20	1.89	3.75	8.57	75.54
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**10.30**	**12.31**	**48.85**	**347.63**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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)	3-VAIS1	100.00	0.40	0.30	13.40	52.00
Viso:			**21.64**	**16.42**	**87.01**	**570.38**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Raudonieji lęšiai su daržovių troškiniu (A, T)	5-DAR/KR17AT	170.00	9.98	13.36	27.30	340.19
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:			**17.20**	**16.48**	**69.22**	**548.05**

* 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	16.05	15.40	5.91	226.49
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	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**19.45**	**16.29**	**32.82**	**351.17**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	20.00	0.55	1.45	1.50	20.97
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais, porais, smulkintomis saulėgrąžomis(A)	3-SAL4A	50.00	0.75	3.23	4.79	43.47
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.56	0.16	11.68	45.60
		Viso:	**23.28**	**27.94**	**65.39**	**594.17**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Avinžirnių ir daržovių troškinys(A)	5-DAR/KR16AT	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	50.00	0.75	3.23	4.79	43.47
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.56	0.16	11.68	45.60
		Viso:	**12.79**	**21.00**	**85.65**	**594.65**

* 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	150.00	7.40	1.72	45.14	225.62
Sviesto-grietinės padažas (T)	PAD-10	20.00	0.32	11.60	0.40	107.28
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**8.00**	**13.53**	**54.92**	**369.30**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	80.00	1.95	0.40	15.81	78.28
Burokėlių ir obuolių salotos su aliejumi(A)	K-14	50.00	0.73	3.56	5.57	53.96
Šviežių daržovių rinkinukas (1 rūšies daržovės)	K-011	25.00	0.20	0.05	0.57	2.75
Pienas 2.5%	3-PIE1	150.00	5.10	3.75	7.35	84.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.56	0.16	11.68	45.60
		Viso:	**31.06**	**23.02**	**63.66**	**582.37**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Žirnių šutininė (A. T)	4-DRŽ15AT	150.00	6.79	5.93	41.46	253.65
Burokėlių ir obuolių salotos su aliejumi(A)	K-14	50.00	0.73	3.56	5.57	53.96
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	80.00	0.56	0.16	11.68	45.60
		Viso:	**18.07**	**19.95**	**85.88**	**589.72**

* 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	130.00	9.35	9.61	45.10	294.83
Jogurtinė grietinė (15%) su trintomis uogomis	3-PAD 2	20.00	0.43	2.02	2.22	28.52
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**10.06**	**11.84**	**56.70**	**359.75**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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-GAR AT7	80.00	1.60	0.08	14.61	65.27
Pekino kopūstų,agurkų,pomidorų salotos su aliejumi(A)	K-7	70.00	1.45	6.98	5.63	91.16
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.56	0.16	11.68	45.60
		Viso:	**21.50**	**29.46**	**62.93**	**587.97**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	70.00	1.45	6.98	5.63	91.16
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.56	0.16	11.68	45.60
		Viso:	**12.00**	**23.99**	**84.07**	**575.13**

* 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	180.00	11.39	13.08	39.27	320.36
Nesaldinta arbata	3-GER1	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	70.00	0.28	0.21	9.38	36.40
Iš viso:			**11.67**	**13.29**	**48.65**	**356.76**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
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	90.00	1.87	8.98	7.24	117.20
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.56	0.16	11.68	45.60
Viso:			**32.01**	**21.34**	**65.30**	**586.47**

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	20.00	1.48	0.32	8.53	43.04
Pupelių - daržovių troškinys su perlinėmis kruopomis (A, T)	4-DARKR-21AT	250.00	11.57	8.02	44.01	289.19
Pekino salotų, agurkų, pomidorų salotos su aliejumi (A)	SAL23A	90.00	1.87	8.98	7.24	117.20
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (A)	3-VAIS1	80.00	0.56	0.16	11.68	45.60
Viso:			**16.90**	**20.32**	**82.82**	**571.66**

* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra ***paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.***

**Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.*