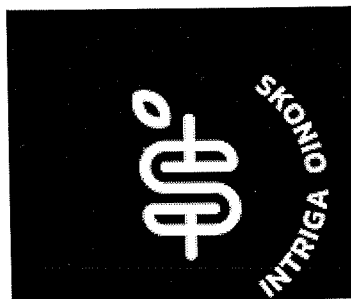


Klaipėdos Universiteto „Žemynos „ gimnazija

Kretingos g. 23 Klaipėda

Sudarytas vadovaujantis pagal LR sveikatos apsaugos ministro 2011 11 11 įsk. NR .V-964 (dėl vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo) vadovaujantis naujausia suvestine redakcija.



Tiekėjas :UAB „Skonio intriga“

11m. Ir vyresni

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

Darbo laikas 8 – 15 val.

UAB „Skonio intriga“

304091801, Kretingos g.51- , Palanga, +37060768824, skoniointriga@gmail.com
(kodas, adresas, telefonas, el. paštas)

Klaipėdos Universiteto „Žemynos „ gimnazija esančios adresu Kretingos g. 23 ,Klaipėdoje

11 ir vyresni amžiaus grupės (-ių) valgiaraštis
11 ir vyresni

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
11 ir vyresni

Direktorė

Diana Laurinavičienė

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai su kopūstais (tausojantis) (augalinis)	Sr003.2	150	2.0	2.0	13.6	81
Juoda duona		30	1.7	0.3	13.1	62
Kapotos vištienos kepsniukas	P019	100	20.8	8.9	4.9	183
Virti griekiai su daržovėmis (T)	Se-Gr1	84/36	4.9	3.6	23.6	147
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	55	0.5	4.7	1.9	52
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	55	0.5	5.2	4.4	66
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
		Iš viso:	30.7	25.1	74.5	647

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptuvėje kepti spelta miltų liefiniai blynai	V024	120	4.0	2.2	21.4	122
Grietinė 30%		40	1.0	12.0	1.2	117
Sezoninės uogos		30	0.3	0.1	2.9	14
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0	0
		Iš viso:	5.2	14.3	25.6	252
		Iš viso (dienos davinio):	36.0	39.5	100.1	900

Direktorius
Nikolaj PetunovDiana Laurinavičienė
Direktore

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Žirnių ir miežinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr037	150	5.5	2.4	18.1	116
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Varškės apkepas (T)	V016	180	20.5	14.7	23.8	309
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1.3	1.0	1.7	21
Sviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)	D006	50/50	0.9	0.2	5.5	27
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			29.7	18.9	70.8	572

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Plovos su vištiena (tausojantis)	P023	150	19.5	9.5	29.7	282
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			19.5	9.5	29.7	282
Iš viso (dienos davinio):			49.2	28.4	100.5	855

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktorė



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Pomidorinė sriuba su ryžiais ir šviežiais žalumynais (T), (A)	Se-Sr33	150	2.2	2.2	15.9	92
Juoda duona		40	2.2	0.4	17.4	82
Orkaitėje kepti kiaulienos mentės šašlykai (tausojantis)	K010	100	19.7	25.5	1.4	314
Virtos perlinės kruopos (T), (A)	Se-Gr18	120	3.9	0.7	29.8	141
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	110	1.5	5.8	6.7	85
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			29.9	34.9	84.2	771

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	
Virtos pieniškos vištienos dešrelės (tausojantis)	P036	100	13.7	11.6	0.3	160
Žirneliai (konservuoti)		50	2.5	0.1	7.9	42
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			17.2	11.9	16.9	244
Iš viso (dienos davinio):			47.1	46.8	101.1	1014

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktoriė



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Špinatų sriuba (T), (A)	Se-Sr22	150	1.3	1.5	7.9	50
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Konvekciniėje krosnyje kepti varškėčiai su obuoliais (T)	Se-V16	200	34.2	24.5	50.7	560
Natūralus jogurtas 2,5%		50	1.7	1.3	2.1	26
Šviežių morkų lazdelės (T)	Se-D27	130	1.3	0.3	11.3	53
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			40.0	28.1	93.6	787

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Žaliųjų grikių košė (T)	Se-Kr21	180	9.1	7.2	49.9	301
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			9.1	7.2	49.9	301
Iš viso (dienos davinio):			49.1	35.2	143.6	1088

Direktorius
Nikolaj Petunov

Diana Laurinavičienė
Direktorė


Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.	
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.		
Pupelių sriuba (T), (A)	Sr014	150	2.3	2.3	17.4	99	
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41	
Konvekciniėje krosnyje garuose kepti karpio (lydekos) file maitinukai su daržovėmis (T)	Se-Ž1	80	15.3	9.9	3.2	163	
Virtos bulvės (tausojančios) (augalinis)	Gr014	150	3.0	0.2	27.5	123	
Švieži salotų lapai ir pjaustyti vyšniniai pomidorai apšlakstyti nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S24	120	1.3	12.1	3.6	128	
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57	
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0	
Iš viso:					23.4	25.0	73.3

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.	
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.		
Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojančios)	M008	150	13.8	9.8	42.4	313	
Arbata su pienu (2,5%)	G005	200	3.4	2.5	4.9	56	
Iš viso:					17.2	12.3	47.3
Iš viso (dienos davinio):					40.6	37.3	120.7
							981

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktorė



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g		Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
		11 m. ir vyr.	150	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žaliųjų žirnelių sriuba (T), (A)	Sr016	150	1.7	12.7	12.5	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Juoda duona		40	2.2	0.4	17.4		82
Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai su trintais pomidorais (T)	Se-K1	44/36	12.5	4.4	5.1		110
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Gr014	120	2.4	0.1	22.0		99
Baltagūžių kopūstų salotos su agurkais (A)	Se-S16	100	1.3	5.2	5.5		74
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0		57
Sraalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0		0
Iš viso:				20.5	23.1	75.5	592

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g		Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
		11 m. ir vyr.	200/50	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)	Sr024	200/50	7.4	9.4	25.2	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Bandelė su varške		40	3.7	1.4	18.5		102
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0		0
Iš viso:				11.1	10.9	43.7	317
Iš viso (dienos davinių):				31.6	34.0	119.1	910

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktorė



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Perlinių kruopų sriuba (tausojančis) (augalinis)	Sr012	150	2.2	2.3	17.1	98
Juoda duona		40	2.2	0.4	17.4	82
Varskės apkepas (tausojančis)	V016	180	20.5	14.7	23.8	309
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1.0	0.8	1.3	16
Svižčių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)	D006	60/60	1.1	0.2	6.6	33
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			27.4	18.8	79.1	595

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Spelta ir kvietinių miltų lietiniai blynai su dešrele	M010.4	140/80	19.8	14.4	42.9	380
Natūralus jogurtas 2,5%		30	0.5	0.1	6.9	30
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			20.3	14.4	49.8	411
Iš viso (dienos davinio):			47.8	33.2	129.0	1006

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktorė



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Šviežių kopūstų sriuba (T), (A)	Sr005	150	1.3	1.5	8.5	53
Juoda duona		40	2.2	0.4	17.4	82
Garuose kepta lydekos file (T)	Se-Ž4	80	20.6	2.6	0.3	108
Virti griekiai su daržovėmis (T)	Se-Gr1	120/30	6.2	4.5	29.5	183
Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	120	1.9	7.6	11.1	120
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			32.6	17.1	79.8	603

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	100	4.3	2.5	23.4	133
Sviestas (82 %)		5	0.0	4.1	0.0	37
Kakava su pienu (2,5%)	G002	150	3.2	2.5	12.5	85
Iš viso:			7.5	9.1	36.0	256
Iš viso (dienos davinio):			40.1	26.2	115.8	859

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Bračunavičienė
Direktora

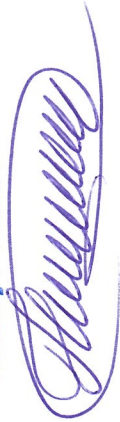


Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-St26	150	4.1	1.3	14.6	86
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Perlinių kruopų ir kiaulienos plovos (T)	Se-K8	175/75	26.8	15.8	61.7	496
Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)	D006	60/60	1.1	0.2	6.6	33
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
		Iš viso:	33.5	17.9	104.5	713

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Virti pilno grūdo makaronai su vištienos šlaunelių mėsa ir daržovėmis (T)	Se-M16	125/55/70	20.7	8.9	32.2	292
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0	0
		Iš viso:	20.7	8.9	32.2	292
		Iš viso (dienos davinio):	54.2	26.8	136.7	1005

Direktorius
Nikolaj Petunov

Diana Laurinavičienė
Direktore

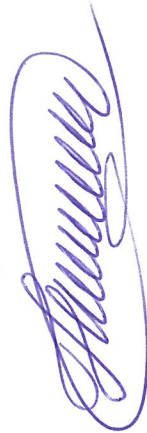

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (T), (A)	Sr009	150	2.1	1.6	14.4	81
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Garuose kepta vištienos file su kukurūzų miltų plutele (T)	Se-P21	75/25	23.9	3.0	17.6	193
Virti plikyti ryžiai (T), (A)	Se-Gr6.1	150	5.6	0.3	48.9	221
Plešyti švieži salotų lapai apšlakstyti nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A)	Se-D21	80	0.9	7.5	1.8	78
Švieži vyšniniai pomidorukai (A)	Se-D22	50	0.4	0.2	1.8	10
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			34.5	13.1	106.2	681

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Morkų blynėliai (tausojamis)	D001	100	10.2	8.8	42.9	292
Natūralus jogurtas 2,5%		50	1.7	1.3	2.1	26
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	150	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			11.8	10.1	45.0	318
Iš viso (dienos davinio):			46.3	23.2	151.2	999

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktore



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Burokėlių sriuba (T), (A)	Sr003	150	1.3	1.3	11.2	62
Juoda duona		50	2.8	0.5	21.8	103
Troškinta kiaušiena su daržovėmis (T)	K004	100	16.4	10.9	6.1	188
Virti plikyti ryžiai (T), (A)	Se-G16.1	120	4.5	0.2	39.2	176
Pekininio kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	110	1.2	6.3	3.5	76
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			26.5	19.6	94.7	662

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Manų kruopų košė (tausojančios)	Kr022	200	6.8	11.0	26.3	232
Sėlenos (košei)		5	0.9	0.4	3.3	20
Sezoninės uogos (košei)		20	0.2	0.1	1.9	9
Kimynų arbata	G001	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			7.9	11.5	31.5	261
Iš viso (dienos davinio):			34.4	31.1	126.2	923

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktorė



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	Sr055	150	6.8	7.2	19.3	170
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	V024	150	23.3	15.2	34.7	369
Natūralus jogurtas 2,5%		50	1.7	1.3	2.1	26
Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)	D006	60/60	1.1	0.2	6.6	33
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0.5	0.5	15.6	69
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			34.4	24.7	87.0	708

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu (45%), virta dešra ir žalumynais (tausojantis)	U026	90	10.1	9.9	17.6	200
Arbatžolių arbata su citrina	G004	200	0.0	0.0	5.6	23
Iš viso:			10.1	9.9	23.3	223
Iš viso (dienos davinio):			44.5	34.6	110.3	930

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktorė



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Raugintų kopūstų sriuba (T), (A)	Se-Sr27	150	1.3	1.5	7.9	51
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Orkaitėje keptos paukštinės šlaunelės (tausojančios)	P025	130	31.3	19.0	0.4	298
Virtos perlinės kruopos (T), (A)	Se-Gr18	130	4.2	0.8	32.3	153
Baltažiųjų kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (A)	S005	130	1.7	6.8	7.9	100
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
Iš viso:			40.1	28.8	70.2	700

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Orkaitėje keptos pjaustytos bulvės (T), (A)	Se-D25	120	3.4	13.8	30.5	260
Pomidorų padažas		30	0.5	0.1	6.9	30
Kefyras 2.5%		100	3.4	2.5	4.9	56
Iš viso:			7.3	16.4	42.3	346
Iš viso (dienos davinio):			47.4	45.1	112.5	1046

Direktorius
Nikolaj Petunov



Diana Laurinavičienė
Direktorė



Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Avinžirnių sriuba su žalumynais (T), (A)	Sr001	150	3.5	1.9	10.5	73
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Spelta miltų sklandžiai su obuoliais	M003	119/46/5	11.0	18.4	55.3	431
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1.0	0.8	1.3	16
Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)	D006	50/50	0.9	0.2	5.5	27
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Pienas 2,5%		200	6.8	5.0	9.8	111
		Iš viso:	24.7	26.9	104.0	756

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Orkaitėje kepta spelta miltų pica su daržovėmis ir fermentiniu sūriu (45%) (tausojančias)	M017	100	7.1	9.4	42.4	283
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0	0
		Iš viso:	7.1	9.4	42.4	283
		Iš viso (dienos davinio):	31.8	36.2	146.4	1039

Direktorius
Nikolaj Petunov



Jūrina Laurinavičienė
Direktorė



Pietis val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1.9	3.4	16.2	103
Juoda duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Orkaitėje kepti lašišų - jūrinių lydekų filė kotletai (T)	Ž015	40/40	16.9	9.0	8.3	182
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	150	3.4	4.4	25.0	153
Šviežių kopūstų salotos su morkomis, kukurūzais, žaliaisiais žirneliais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (A)	S008.1	120	2.3	4.6	11.6	97
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0.0	0.0	0.0	0
		Iš viso:	26.0	22.0	82.9	633

Pavakariai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010	150	9.3	1.8	50.4	255
Troškintos maltos jautienos padažas (tausojantis)	J005	60	6.4	6.4	4.8	102
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata	G003	200	0.0	0.0	0.0	0
		Iš viso:	15.7	8.2	55.1	357
	Iš viso (dienos davinio):		41.7	30.2	138.0	990

Direktorius
Nikolaj Petunov



UAB "Sveikata" UAB
Direktorius

