

I savaitė

Pirmadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Omletas                          | 88/1    | 100    | 9,68                        | 10,82        | 5,36               | 157,36               |
| Konservuoti agurkai              | 31/1    | 50     | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Sumuštinis su sviestu ir česnaku | 6/1     | 15/4   | 1,08                        | 2,52         | 8,46               | 59,37                |
| Arbata be cukraus                | 2/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Vaisiai                          | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34         | 12,88              | 50,00                |
| Iš viso:                         |         |        | <b>12,07</b>                | <b>13,78</b> | <b>28,75</b>       | <b>275,23</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas           | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                 |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Barščių sriuba                  | 1/1     | 150    | 1,45                        | 4,74         | 10,62              | 86,98                |
| Paukštienos šnicelis (vištiena) | 57/4    | 60     | 12,43                       | 10,91        | 4,76               | 166,01               |
| Biri grikių kruopų košė         | 5/1     | 60     | 3,41                        | 2,48         | 18,71              | 109,11               |
| Cukinijos lazdelės              | 148/4   | 30     | 0,36                        | 0,03         | 1,02               | 4,80                 |
| Kopūstų salotos su morkomis     | 10/5    | 50     | 0,71                        | 5,89         | 3,35               | 63,84                |
| Iš viso:                        |         |        | <b>18,36</b>                | <b>24,05</b> | <b>38,46</b>       | <b>430,74</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas                 | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Bulviniai morkų ir varškės virtinukai |         | 100    | 4,75                        | 1,64         | 24,46              | 129,99               |
| Kefyras                               | 169/3   | 150    | 5,10                        | 3,75         | 7,35               | 90,00                |
| Sviesto - grietinės padažas           | 5/1     | 15     | 0,25                        | 7,25         | 0,33               | 67,62                |
| Morkų ir obuolių lazdelės             | 14/1    | 60     | 0,42                        | 0,18         | 6,50               | 25,20                |
| Iš viso:                              |         |        | <b>10,52</b>                | <b>12,82</b> | <b>38,64</b>       | <b>312,81</b>        |
| Iš viso (dienos davinio):             |         |        | <b>40,95</b>                | <b>50,65</b> | <b>105,85</b>      | <b>1018,78</b>       |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Vaikams pietų metu patiekiamas geriamas vanduo.

I savaitė

Antradienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta kukurūzų kruopų košė       |         | 150    | 5,16                        | 5,14         | 28,82              | 176,50               |
| Šaldytos uogos                    | 2/4     | 15     | 0,11                        | 0,05         | 2,16               | 8,13                 |
| Sumuštinis su sviestu ir pomidoru | 121/4   | 50     | 2,16                        | 4,95         | 16,56              | 115,65               |
| Arbata su citrina (nesaldinta)    | 1/1     | 150    | 0,03                        | 0,02         | 0,48               | 1,62                 |
| <b>Iš viso:</b>                   |         |        | <b>7,46</b>                 | <b>10,16</b> | <b>48,02</b>       | <b>301,90</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas        | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                              |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Daržovių sriuba su pupelėmis | 4/4     | 150    | 2,36                        | 3,73         | 10,90              | 81,93                |
| Plovos (kiauliena)           | 3/1     | 80/70  | 15,65                       | 13,37        | 25,69              | 287,61               |
| Burokėlių salotos            | 15/1    | 50     | 0,69                        | 2,44         | 4,39               | 38,26                |
| Konservuoti agurkai          | 31/1    | 50     | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Vanduo su apelsiniais        | 136/4   | 150    | 0,06                        | 0,01         | 0,88               | 3,44                 |
| <b>Iš viso:</b>              |         |        | <b>19,26</b>                | <b>19,65</b> | <b>43,91</b>       | <b>419,74</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Varškės paplotėliai              | 106/4   | 100    | 14,87                       | 8,23         | 25,63              | 224,34               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Šaldytos uogos                   | 119/4   | 10     | 0,07                        | 0,03         | 1,52               | 5,77                 |
| Arbata be cukraus                | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Vaisiai                          | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34         | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>16,35</b>                | <b>10,60</b> | <b>40,89</b>       | <b>304,11</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>43,07</b>                | <b>40,41</b> | <b>132,82</b>      | <b>1025,75</b>       |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti.

I savaitė

Trečiadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                             |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta perlinių kruopų košė | 94/1    | 150    | 4,92                        | 1,84        | 27,25              | 138,55               |
| Viso grūdo duona            | 121/4   | 25     | 2,22                        | 0,72        | 11,77              | 62,50                |
| Pupelių užtepėlė            | 2/1     | 15     | 1,31                        | 2,09        | 4,10               | 36,77                |
| Arbata su citrina           | 2/1     | 150    | 0,03                        | 0,02        | 2,52               | 9,70                 |
| <b>Iš viso:</b>             |         |        | <b>8,48</b>                 | <b>4,67</b> | <b>45,64</b>       | <b>247,52</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Vištienos filė grietinėlės padaže                |         | 75/10  | 16,26                       | 17,35        | 0,98               | 225,44               |
| Virtos bulvės                                    |         | 60     | 1,23                        | 0,06         | 11,30              | 50,05                |
| Morkų salotos                                    | 25/4    | 50     | 0,47                        | 2,02         | 4,33               | 32,43                |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais | 29/4    | 50     | 0,59                        | 4,89         | 1,74               | 50,41                |
| Vanduo su apelsiniais                            | 136/4   | 150    | 0,06                        | 0,01         | 0,88               | 3,44                 |
| Vaisiai  | 48/4    | 150    | 1,21                        | 0,51         | 19,32              | 75,00                |
| <b>Iš viso:</b>                                  |         |        | <b>19,82</b>                | <b>24,84</b> | <b>38,55</b>       | <b>436,77</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Varškės blynai                   | 76/1    | 120    | 11,34                       | 9,50         | 34,54              | 258,03               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Morkų ir obuolių lazdelės        | 14/1    | 50     | 0,35                        | 0,15         | 5,42               | 21,00                |
| Arbata be cukraus                | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>12,29</b>                | <b>11,65</b> | <b>40,82</b>       | <b>303,03</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>40,59</b>                | <b>41,16</b> | <b>125,01</b>      | <b>987,32</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val.

I savaitė

Ketvirtadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas     | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                           |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta grikių kruopų košė | 96/1    | 150    | 7,29                        | 6,11         | 29,68              | 200,77               |
| Sumuštinis su agurku      | 137/4   | 30     | 1,26                        | 3,94         | 9,74               | 77,63                |
| Vaisinė arbata            | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>           |         |        | <b>8,55</b>                 | <b>10,05</b> | <b>39,42</b>       | <b>278,40</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kopūstų sriuba                         | 6/1     | 150    | 1,24                        | 3,71         | 7,94               | 68,14                |
| Žuvies piršteliai                      |         | 60     | 11,21                       | 2,18         | 8,16               | 94,61                |
| Makaronai (pilno grūdo)                | 113/4   | 50     | 2,95                        | 3,94         | 17,42              | 118,92               |
| Grietinės - pomidorų padažas           | 4/1     | 10     | 0,22                        | 1,70         | 0,91               | 20,15                |
| Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais | 101/4   | 35     | 0,58                        | 1,87         | 1,52               | 22,74                |
| Konservuoti agurkai                    | 31/1    | 40     | 0,40                        | 0,08         | 1,64               | 6,80                 |
| Vanduo su apelsiniais                  | 136/4   | 150    | 0,06                        | 0,01         | 0,88               | 3,44                 |
| Vaisiai                                | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34         | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>                        |         |        | <b>17,47</b>                | <b>13,83</b> | <b>51,35</b>       | <b>384,80</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Varškės apkepas su morkomis      |         | 140    | 15,00                       | 17,26        | 18,20              | 278,62               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Arbata su citrina                | 2/1     | 150    | 0,03                        | 0,02         | 2,52               | 9,70                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>15,63</b>                | <b>19,28</b> | <b>21,58</b>       | <b>312,32</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>41,65</b>                | <b>43,16</b> | <b>112,35</b>      | <b>975,52</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val.

I savaitė

Penktadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas      | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                            |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Penkių grūdų dribsnių košė |         | 150    | 4,47                        | 5,23        | 22,00              | 156,25               |
| Šaldytos uogos             |         | 10     | 0,07                        | 0,03        | 1,52               | 5,77                 |
| Kakava                     | 5/1     | 100    | 2,28                        | 1,69        | 6,83               | 51,40                |
| Vaisiai                    | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34        | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>            |         |        | <b>7,63</b>                 | <b>7,29</b> | <b>43,23</b>       | <b>263,42</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas              | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                    |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta morkų sriuba su skrebučiais | 2/5     | 150    | 2,54                        | 2,35         | 18,83              | 101,76               |
| Virti jautienos kukuliukai         | 11/5    | 60     | 11,09                       | 5,52         | 8,81               | 130,18               |
| Bulvių košė su moliūgais           | 2/1     | 60     | 1,23                        | 2,80         | 9,08               | 66,03                |
| Pomidorų ir agurkų salotos         | 105/4   | 50     | 0,42                        | 6,10         | 1,89               | 60,81                |
| Kopūstų salotos                    | 9/5     | 40     | 0,56                        | 2,39         | 2,30               | 29,60                |
| Sviesto - grietinės padažas        | 5/1     | 10     | 0,16                        | 4,82         | 0,22               | 45,08                |
| <b>Iš viso:</b>                    |         |        | <b>16,00</b>                | <b>23,98</b> | <b>41,13</b>       | <b>433,46</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Pieniška ryžių sriuba            | 6/5     | 200    | 5,95                        | 6,68         | 21,17              | 170,86               |
| Sumuštinis su agurku             | 137/4   | 30     | 1,26                        | 3,94         | 9,74               | 77,63                |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>7,21</b>                 | <b>10,62</b> | <b>30,91</b>       | <b>248,49</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>30,84</b>                | <b>41,89</b> | <b>115,27</b>      | <b>945,37</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti. Vaikams pietų metu patiekiamas geriamas vanduo.

II savaitė

Pirmadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas           | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                 |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Ryžių košė su keptais obuoliais |         | 100/50  | 3,08                        | 3,61        | 25,10              | 145,17               |
| Pienas 2,5%                     | 5/1     | 100     | 3,40                        | 2,50        | 4,90               | 56,00                |
| Vaisiai                         | 48/4    | 100     | 0,81                        | 0,34        | 12,88              | 50,00                |
| Iš viso:                        |         |         | <b>7,29</b>                 | <b>6,45</b> | <b>42,88</b>       | <b>251,17</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta perlinių kruopų sriuba su daržovėmis | 147/4   | 150     | 2,26                        | 3,31         | 14,89              | 92,30                |
| Viso grūdo makaronai su vištiena            | 88/4    | 140     | 9,68                        | 15,68        | 22,96              | 271,71               |
| Paprikos lazdelės                           | 120/4   | 50      | 0,65                        | 0,25         | 3,30               | 14,50                |
| Agurkų lazdelės                             | 149/4   | 40      | 0,32                        | 0,08         | 0,92               | 4,40                 |
| Vanduo su citrina                           | 17/5    | 150     | 0,03                        | 0,02         | 0,46               | 1,55                 |
| Iš viso:                                    |         |         | <b>12,94</b>                | <b>19,34</b> | <b>42,53</b>       | <b>384,46</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta grikių kruopų košė        | 96/1    | 150     | 7,29                        | 6,11         | 29,68              | 200,77               |
| Konservuoti agurkai              | 31/1    | 30      | 0,30                        | 0,06         | 1,23               | 5,10                 |
| Sumuštinis su sviestu ir česnaku | 6/1     | 15/4    | 1,08                        | 2,52         | 8,46               | 59,37                |
| Arbata su citrina (nesaldinta)   | 1/1     | 150     | 0,03                        | 0,02         | 0,48               | 1,62                 |
| Iš viso:                         |         |         | <b>8,70</b>                 | <b>8,71</b>  | <b>39,85</b>       | <b>266,86</b>        |
| Iš viso (dienos davinio):        |         |         | <b>28,93</b>                | <b>34,50</b> | <b>125,26</b>      | <b>902,49</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val.

II savaitė

Antradienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                             |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta miežinių kruopų košė | 95/1    | 150    | 3,99                        | 4,52         | 20,91              | 135,22               |
| Šaldytos uogos              | 119/4   | 15     | 0,11                        | 0,05         | 2,16               | 8,13                 |
| Pienas 2,5%                 | 140/4   | 150    | 5,10                        | 3,75         | 7,35               | 84,00                |
| Sumuštinis su agurku        | 137/4   | 30     | 1,26                        | 3,94         | 9,74               | 77,63                |
| <b>Iš viso:</b>             |         |        | <b>10,46</b>                | <b>12,26</b> | <b>40,16</b>       | <b>304,98</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Žirnių sriuba                               | 90/4    | 150    | 3,36                        | 4,52         | 12,31              | 98,01                |
| Netikras zulkis (maltos kiaulienos gaminys) |         | 60     | 12,47                       | 6,65         | 4,72               | 130,00               |
| Virtos bulvės                               |         | 60     | 1,23                        | 0,06         | 11,30              | 50,05                |
| Morkų salotos                               | 25/4    | 40     | 0,35                        | 3,92         | 3,30               | 45,61                |
| Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais      | 100/4   | 35     | 0,58                        | 1,87         | 1,52               | 22,74                |
| Vanduo su apelsiniais                       | 136/4   | 150    | 0,06                        | 0,01         | 0,88               | 3,44                 |
| Vaisiai                                     | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34         | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>                             |         |        | <b>18,86</b>                | <b>17,37</b> | <b>46,91</b>       | <b>399,85</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Sklindžiai su obuoliais          | 6/5     | 95/25  | 8,22                        | 10,19        | 38,55              | 265,43               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Šaldytos uogos                   |         | 20     | 0,14                        | 0,06         | 3,06               | 11,55                |
| Arbata be cukraus                | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>8,96</b>                 | <b>12,25</b> | <b>42,47</b>       | <b>300,98</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>38,28</b>                | <b>41,88</b> | <b>129,54</b>      | <b>1005,81</b>       |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti.

II savaitė

Trečiadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas     | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                           |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Avižinė košė su persikais | 98/4    | 127/23 | 5,97                        | 5,20        | 26,03              | 168,27               |
| Duoniukas                 | 66/4    | 10     | 1,23                        | 0,19        | 7,87               | 36,60                |
| Kakava                    | 5/1     | 150    | 3,42                        | 2,54        | 8,50               | 70,19                |
| <b>Iš viso:</b>           |         |        | <b>10,62</b>                | <b>7,93</b> | <b>42,40</b>       | <b>275,06</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas              | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                    |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kalakutienos kukuliai              |         | 80     | 11,02                       | 8,79         | 1,58               | 128,67               |
| Virtos bulvės                      |         | 80     | 1,64                        | 0,08         | 15,07              | 66,74                |
| Sviesto - grietinės padažas        | 5/1     | 10     | 0,16                        | 4,82         | 0,22               | 45,08                |
| Kopūstų ir porų salotos            | 6/1     | 40     | 0,44                        | 5,86         | 2,95               | 62,47                |
| Keptų burokėlių ir pupelių salotos | 16/1    | 40     | 1,86                        | 2,07         | 6,35               | 47,25                |
| Vaisiai                            | 48/4    | 150    | 1,21                        | 0,51         | 19,32              | 75,00                |
| Vanduo su citrina                  | 17/5    | 150    | 0,03                        | 0,02         | 0,46               | 1,55                 |
| <b>Iš viso:</b>                    |         |        | <b>16,36</b>                | <b>22,15</b> | <b>45,95</b>       | <b>426,76</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Omletas su sūriu                  | 90/1    | 100    | 11,87                       | 13,76        | 5,67               | 194,96               |
| Sumuštinis su sviestu ir pomidoru | 121/4   | 30     | 1,29                        | 2,95         | 9,92               | 69,39                |
| Arbata be cukraus                 | 2/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                   |         |        | <b>13,16</b>                | <b>16,71</b> | <b>15,59</b>       | <b>264,35</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b>  |         |        | <b>40,14</b>                | <b>46,79</b> | <b>103,94</b>      | <b>966,17</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Vaikams pietų metu patiekiamas geriamas vanduo.

II savaitė

Ketvirtadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                             |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Varškės paplotėliai         | 38/4    | 90     | 12,79                       | 7,09        | 25,07              | 204,58               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb. | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00        | 0,86               | 24,00                |
| Šaldytos uogos              |         | 30     | 0,21                        | 0,10        | 4,60               | 17,32                |
| Arbata be cukraus           | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Vaisiai                     | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34        | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>             |         |        | <b>14,41</b>                | <b>9,53</b> | <b>43,41</b>       | <b>295,90</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta brokolių sriuba                           | 7/4     | 150    | 1,85                        | 10,15        | 9,24               | 130,11               |
| Žuvies kukulaičiai                               | 18/1    | 60     | 9,21                        | 2,07         | 2,68               | 63,95                |
| Makaronai (pilno grūdo)                          | 113/4   | 60     | 3,54                        | 3,07         | 20,94              | 127,92               |
| Cukinijos lazdelės                               | 105/4   | 20     | 0,24                        | 0,02         | 0,68               | 3,20                 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais | 48/2    | 40     | 0,45                        | 3,89         | 1,38               | 40,31                |
| Vanduo su apelsiniais                            | 136/4   | 150    | 0,06                        | 0,01         | 0,88               | 3,44                 |
| <b>Iš viso:</b>                                  |         |        | <b>15,35</b>                | <b>19,21</b> | <b>35,80</b>       | <b>368,93</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Penkių grūdų dribsnių košė       |         | 170    | 6,66                        | 7,70         | 27,20              | 208,20               |
| Šaldytos uogos                   |         | 20     | 0,14                        | 0,06         | 3,06               | 11,55                |
| Vaisinė arbata                   | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Duoniukai su varškės užtepėle    | 31/4    | 20     | 1,70                        | 1,10         | 4,45               | 33,45                |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>8,50</b>                 | <b>8,86</b>  | <b>34,71</b>       | <b>253,20</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>38,26</b>                | <b>37,60</b> | <b>113,92</b>      | <b>918,03</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti.

II savaitė

Penktadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Virtas kiaušinis                 | 12/4    | 60     | 7,38                        | 7,02         | 0,42               | 94,20                |
| Paprikos lazdelės                | 120/4   | 50     | 0,65                        | 0,25         | 3,30               | 14,50                |
| Sumuštinis su sviestu ir česnaku | 6/1     | 30/7   | 2,13                        | 4,92         | 16,51              | 115,66               |
| Vaisinė arbata                   | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Morkų ir obuolių lazdelės        | 14/1    | 50     | 0,35                        | 0,15         | 5,42               | 21,00                |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>10,51</b>                | <b>12,34</b> | <b>25,65</b>       | <b>245,36</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                      |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais | 1/1     | 150    | 2,65                        | 1,06         | 18,57              | 91,86                |
| Jautienos maltinis                   | 19/1    | 60     | 13,27                       | 4,68         | 5,67               | 119,45               |
| Bulvių košė                          | 2/1     | 60     | 1,23                        | 2,26         | 8,70               | 59,67                |
| Sviesto - grietinės padažas          | 5/1     | 10     | 0,16                        | 4,82         | 0,22               | 45,08                |
| Morkų salotos                        | 25/4    | 40     | 0,35                        | 3,92         | 3,30               | 45,61                |
| Agurkų lazdelės                      | 149/4   | 30     | 0,24                        | 0,06         | 0,69               | 3,30                 |
| Vaisiai                              | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34         | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>                      |         |        | <b>18,71</b>                | <b>17,14</b> | <b>50,03</b>       | <b>414,97</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas                    | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Morkų, avižinių dribsnių, varškės blynai | 50/1    | 90     | 9,38                        | 14,59        | 25,65              | 259,60               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.              | 60/4    | 30     | 0,90                        | 3,00         | 1,29               | 36,00                |
| Šaldytos uogos                           |         | 20     | 0,14                        | 0,06         | 3,06               | 11,55                |
| Arbata be cukraus                        | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                          |         |        | <b>10,42</b>                | <b>17,65</b> | <b>30,00</b>       | <b>307,15</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b>         |         |        | <b>39,64</b>                | <b>47,13</b> | <b>105,68</b>      | <b>967,48</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti. Vaikams pietų metu patiekiamas geriamas vanduo.

III savaitė

Pirmadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas           | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                 |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Ryžių košė su keptais obuoliais | 89/4    | 100/50 | 3,08                        | 3,61        | 25,10              | 145,17               |
| Sumuštinis su agurku            | 137/4   | 30     | 1,26                        | 3,94        | 9,74               | 77,63                |
| Arbata be cukraus               | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Vaisiai                         | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34        | 12,88              | 50,00                |
| Iš viso:                        |         |        | <b>5,15</b>                 | <b>7,89</b> | <b>47,72</b>       | <b>272,80</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kopūstų sriuba                                   | 6/1     | 150    | 1,24                        | 3,71         | 7,94               | 68,14                |
| Guliašas (kiauliena arba jautiena)               | 23/4    | 60     | 12,02                       | 7,63         | 3,34               | 130,21               |
| Biri grikių kruopų košė                          | 5/1     | 60     | 3,41                        | 2,48         | 18,71              | 109,11               |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais | 29/4    | 30     | 0,33                        | 2,89         | 1,02               | 30,22                |
| Žali žirneliai (konservuoti)                     | 34/1    | 30     | 1,92                        | 0,12         | 5,10               | 21,00                |
| Vanduo su apelsiniais                            | 136/4   | 150    | 0,06                        | 0,01         | 0,88               | 3,44                 |
| Iš viso:   |         |        | <b>18,98</b>                | <b>16,84</b> | <b>36,99</b>       | <b>362,12</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas                 | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                       |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Bulviniai morkų ir varškės virtinukai |         | 100    | 3,63                        | 1,01         | 24,21              | 119,49               |
| Sviesto - grietinės padažas           | 5/1     | 20     | 0,35                        | 9,68         | 0,45               | 90,17                |
| Kefyras                               | 169/3   | 150    | 5,10                        | 3,75         | 7,35               | 90,00                |
| Iš viso:                              |         |        | <b>9,08</b>                 | <b>14,44</b> | <b>32,01</b>       | <b>299,66</b>        |
| Iš viso (dienos davinio):             |         |        | <b>33,21</b>                | <b>39,17</b> | <b>116,72</b>      | <b>934,58</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val.

III savaitė

Antradienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                             |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta miežinių kruopų košė | 95/1    | 150    | 4,60                        | 4,59        | 25,17              | 154,30               |
| Viso grūdo duona            | 137/4   | 25     | 2,22                        | 0,72        | 11,77              | 62,50                |
| Pupelių užtepėlė            | 1/1     | 15     | 1,31                        | 2,09        | 4,10               | 36,77                |
| Vaisiai                     | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34        | 12,88              | 50,00                |
| Arbata be cukraus           | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>             |         |        | <b>8,94</b>                 | <b>7,74</b> | <b>53,92</b>       | <b>303,57</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas         | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                               |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Daržovių sriuba su makaronais |         | 150    | 2,71                        | 3,96         | 13,76              | 98,06                |
| Plovav (vištiena)             | 126/4   | 90/50  | 12,15                       | 12,33        | 20,13              | 241,10               |
| Morkų salotos                 | 25/4    | 40     | 0,35                        | 3,92         | 3,30               | 45,61                |
| Pomidorai                     | 48/2    | 50     | 0,50                        | 0,10         | 2,05               | 8,50                 |
| Vanduo su apelsiniais         | 136/4   | 150    | 0,06                        | 0,01         | 0,88               | 3,44                 |
| <b>Iš viso:</b>               |         |        | <b>15,77</b>                | <b>20,32</b> | <b>40,12</b>       | <b>396,71</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Varškės paplotėliai              | 38/4    | 100    | 14,87                       | 8,23         | 25,63              | 224,34               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Šaldytos uogos                   |         | 20     | 0,14                        | 0,06         | 3,06               | 11,55                |
| Arbata su citrina                | 2/1     | 150    | 0,03                        | 0,02         | 2,52               | 9,70                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>15,64</b>                | <b>10,31</b> | <b>32,07</b>       | <b>269,59</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>40,35</b>                | <b>38,37</b> | <b>126,11</b>      | <b>969,87</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti.

III savaitė

Trečiadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas              | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                    |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Avižinių dribsnių košė su bananais | 5/5     | 150/21 | 6,66                        | 3,73        | 28,39              | 167,66               |
| Kakava                             | 5/1     | 150    | 3,42                        | 2,54        | 8,50               | 70,19                |
| Iš viso:                           |         |        | <b>10,08</b>                | <b>6,27</b> | <b>36,89</b>       | <b>237,85</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas              | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                    |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Kalakutienos kotletai              |         | 70     | 12,11                       | 4,59         | 3,93               | 105,57               |
| Virtos bulvės                      |         | 70     | 1,44                        | 0,07         | 13,18              | 58,40                |
| Keptų burokėlių ir pupelių salotos | 101/4   | 40     | 3,57                        | 1,80         | 10,20              | 62,70                |
| Kopūstų salotos su morkomis        | 10/5    | 50     | 0,71                        | 5,89         | 3,35               | 63,84                |
| Sviesto - grietinės padažas        | 5/1     | 15     | 0,25                        | 7,25         | 0,33               | 67,62                |
| Vanduo su citrina                  | 17/5    | 150    | 0,03                        | 0,02         | 0,46               | 1,55                 |
| Vaisiai                            | 48/4    | 150    | 1,21                        | 0,51         | 19,32              | 75,00                |
| Iš viso:                           |         |        | <b>19,32</b>                | <b>20,13</b> | <b>50,77</b>       | <b>434,68</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Omletas                           | 88/1    | 100    | 9,68                        | 10,82        | 5,36               | 157,36               |
| Konservuoti agurkai               | 31/1    | 40     | 0,40                        | 0,08         | 1,64               | 6,80                 |
| Sumuštinis su sviestu ir pomidoru | 121/4   | 30     | 1,28                        | 2,95         | 9,92               | 69,39                |
| Arbata su citrina (nesaldinta)    | 1/1     | 150    | 0,03                        | 0,02         | 0,48               | 1,62                 |
| Iš viso:                          |         |        | <b>11,39</b>                | <b>13,87</b> | <b>17,40</b>       | <b>235,17</b>        |
| Iš viso (dienos davinio):         |         |        | <b>40,79</b>                | <b>40,27</b> | <b>105,06</b>      | <b>907,70</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val.

III savaitė

Ketvirtadienis

**1. Pusryčiai 08:30-09:00**

| Patiekalo pavadinimas       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                             |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta kukurūzų kruopų košė | 98/4    | 170    | 5,84                        | 5,82        | 32,65              | 200,02               |
| Duoniukas                   | 31/4    | 10     | 1,23                        | 0,19        | 7,87               | 36,60                |
| Vaisinė arbata              | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>             |         |        | <b>7,07</b>                 | <b>6,01</b> | <b>40,52</b>       | <b>236,62</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas        | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                              |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Daržovių sriuba su pupelėmis | 6/4     | 150    | 2,50                        | 2,66         | 11,38              | 73,60                |
| Žuvies maltinis              |         | 60     | 10,90                       | 3,09         | 11,02              | 113,22               |
| Pomidorų ir agurkų salotos   | 16/1    | 50     | 0,42                        | 6,10         | 1,89               | 60,81                |
| Kopūstų salotos              | 148/4   | 30     | 0,41                        | 2,95         | 1,80               | 32,63                |
| Bulvių košė                  | 2/1     | 60     | 1,23                        | 2,26         | 8,70               | 59,67                |
| Vaisiai                      | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34         | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>              |         |        | <b>16,27</b>                | <b>17,40</b> | <b>47,67</b>       | <b>389,93</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Viso grūdo varškėčiai            | 106/4   | 120    | 13,54                       | 5,82         | 36,34              | 235,47               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 30     | 0,90                        | 3,00         | 1,29               | 36,00                |
| Arbata be cukraus                | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>14,44</b>                | <b>8,82</b>  | <b>37,63</b>       | <b>271,47</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>37,78</b>                | <b>32,23</b> | <b>125,82</b>      | <b>898,02</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Vaikams pietų metu patiekiamas geriamas vanduo.

III savaitė

Penktadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas     | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                           |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta grikių kruopų košė | 96/1    | 150    | 7,28                        | 6,11        | 29,67              | 200,77               |
| Konservuoti agurkai       | 31/1    | 50     | 0,50                        | 0,10        | 2,05               | 8,50                 |
| Arbata be cukraus         | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Vaisiai                   | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34        | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>           |         |        | <b>8,59</b>                 | <b>6,55</b> | <b>44,60</b>       | <b>259,27</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta žiedinių kopūstų sriuba | 147/4   | 150    | 1,91                        | 2,17         | 10,39              | 61,88                |
| Varškės apkepas                | 85/3    | 150    | 22,48                       | 13,64        | 26,41              | 309,44               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.    | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Šaldytos uogos                 |         | 10     | 0,07                        | 0,03         | 1,52               | 5,77                 |
| Vanduo su citrina              | 17/5    | 150    | 0,03                        | 0,02         | 0,46               | 1,55                 |
| <b>Iš viso:</b>                |         |        | <b>25,09</b>                | <b>17,86</b> | <b>39,64</b>       | <b>402,64</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas                | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                      |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Sklindžiai su moliūgais ir obuoliais | 146/4   | 120    | 7,54                        | 12,09        | 35,69              | 268,17               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.          | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Šaldytos uogos                       |         | 20     | 0,14                        | 0,06         | 3,06               | 11,55                |
| Arbata be cukraus                    | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                      |         |        | <b>8,28</b>                 | <b>14,15</b> | <b>39,61</b>       | <b>303,72</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b>     |         |        | <b>41,96</b>                | <b>38,56</b> | <b>123,85</b>      | <b>965,63</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti.

IV savaitė

Pirmadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                        |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Omletas su skrebučiais |         | 100    | 8,90                        | 11,30        | 10,62              | 179,57               |
| Paprikos lazdelės      | 120/4   | 50     | 0,65                        | 0,25         | 3,30               | 14,50                |
| Arbata be cukraus      | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Vaisiai                | 48/4    | 150    | 1,21                        | 0,51         | 19,32              | 75,00                |
| <b>Iš viso:</b>        |         |        | <b>10,76</b>                | <b>12,06</b> | <b>33,24</b>       | <b>269,07</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Ukrainietiškai barščiai           | 9/4     | 150    | 1,23                        | 3,67         | 7,80               | 65,89                |
| Vištienos filė grietinėlės padaže |         | 75     | 14,33                       | 15,29        | 0,86               | 198,91               |
| Biri grikių kruopų košė           | 5/1     | 60     | 2,53                        | 2,27         | 13,87              | 84,68                |
| Pomidorų ir agurkų salotos        | 105/4   | 40     | 0,34                        | 3,92         | 1,45               | 39,96                |
| Morkų salotos                     | 25/4    | 40     | 0,35                        | 3,92         | 3,30               | 45,61                |
| <b>Iš viso:</b>                   |         |        | <b>18,78</b>                | <b>29,07</b> | <b>27,28</b>       | <b>435,05</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta kukurūzų kruopų košė      | 97/1    | 150    | 5,16                        | 5,14         | 28,82              | 176,50               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 30     | 0,90                        | 3,00         | 1,29               | 36,00                |
| Duoniukai su varškės užtepėle    | 137/4   | 20     | 1,70                        | 1,10         | 4,45               | 33,45                |
| Arbata su citrina                | 2/1     | 150    | 0,03                        | 0,02         | 2,52               | 9,70                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>7,79</b>                 | <b>9,26</b>  | <b>37,08</b>       | <b>255,65</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>37,33</b>                | <b>50,39</b> | <b>97,60</b>       | <b>959,77</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Vaikams pietų metu patiekiamas geriamas vanduo.

IV savaitė

Antradienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas             | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Avižinė košė su persikais         | 98/4    | 127/23  | 5,97                        | 5,20        | 26,03              | 168,27               |
| Sumuštinis su sviestu ir pomidoru | 121/4   | 30      | 1,28                        | 2,95        | 9,92               | 69,39                |
| Arbata be cukraus                 | 1/1     | 150     | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Iš viso:                          |         |         | <b>7,25</b>                 | <b>8,15</b> | <b>35,95</b>       | <b>237,66</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                   | Rp. Nr. | Išseiga  | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|----------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |          | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Balandėliai (kiauliena)                 | 63/1    | 60/40/20 | 13,78                       | 13,21        | 13,42              | 223,81               |
| Virtos bulvės                           |         | 60       | 1,23                        | 0,06         | 11,30              | 50,05                |
| Burokėlių salotos su žaliais žirneliais | 16/1    | 60       | 1,17                        | 5,82         | 9,09               | 87,19                |
| Agurkai                                 | 27/1    | 30       | 0,24                        | 0,06         | 0,69               | 3,30                 |
| Vanduo su citrina                       | 17/5    | 150      | 0,03                        | 0,02         | 0,46               | 1,55                 |
| Vaisiai                                 | 48/4    | 100      | 0,81                        | 0,34         | 12,88              | 50,00                |
| Iš viso:                                |         |          | <b>17,26</b>                | <b>19,51</b> | <b>47,84</b>       | <b>415,90</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išseiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |         | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Lietiniai blynai su varškės ir bananų įdaru | 138/4   | 80/40   | 11,09                       | 9,89         | 26,05              | 228,16               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.                 | 60/4    | 20      | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Arbata be cukraus                           | 2/1     | 150     | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| Morkų ir obuolių lazdelės                   | 14/1    | 40      | 0,28                        | 0,12         | 4,33               | 16,80                |
| Iš viso:                                    |         |         | <b>11,97</b>                | <b>12,01</b> | <b>31,24</b>       | <b>268,96</b>        |
| Iš viso (dienos davinio):                   |         |         | <b>36,48</b>                | <b>39,67</b> | <b>115,03</b>      | <b>922,52</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val.

IV savaitė

Trečiadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                             |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Tiršta miežinių kruopų košė | 95/1    | 150    | 4,60                        | 4,59        | 25,17              | 154,30               |
| Sumuštinis su agurku        | 137/4   | 30     | 1,26                        | 3,94        | 9,74               | 77,63                |
| Vaisinė arbata              | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Vaisiai                     | 48/4    | 100    | 0,81                        | 0,34        | 12,88              | 50,00                |
| <b>Iš viso:</b>             |         |        | <b>6,67</b>                 | <b>8,87</b> | <b>47,79</b>       | <b>281,93</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                      |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais | 6/4     | 150    | 2,65                        | 1,06         | 18,57              | 91,86                |
| Vištienos kotletai                   |         | 60     | 11,00                       | 8,27         | 6,11               | 141,69               |
| Makaronai (pilno grūdo)              | 113/4   | 60     | 3,54                        | 3,07         | 20,94              | 127,92               |
| Pomidorai                            | 48/2    | 40     | 0,40                        | 0,08         | 1,64               | 6,80                 |
| Kopūstų salotos su morkomis          | 10/5    | 40     | 0,55                        | 4,70         | 2,65               | 51,06                |
| <b>Iš viso:</b>                      |         |        | <b>18,14</b>                | <b>17,18</b> | <b>49,91</b>       | <b>419,33</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Varškės apkepas                  | 85/3    | 100    | 14,90                       | 9,06         | 17,73              | 206,80               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 20     | 0,60                        | 2,00         | 0,86               | 24,00                |
| Šaldytos uogos                   |         | 20     | 0,14                        | 0,06         | 3,06               | 11,55                |
| Arbata be cukraus                | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00         | 0,00               | 0,00                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>15,64</b>                | <b>11,12</b> | <b>21,65</b>       | <b>242,35</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>40,45</b>                | <b>37,17</b> | <b>119,35</b>      | <b>943,61</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti. Vaikams pietų metu patiekiamas geriamas vanduo.

IV savaitė

Ketvirtadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas      | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                            |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Penkių grūdų dribsnių košė |         | 150    | 4,47                        | 5,23        | 22,00              | 156,25               |
| Šaldytos uogos             |         | 20     | 0,14                        | 0,06        | 3,06               | 11,55                |
| Kakava                     | 5/1     | 150    | 3,42                        | 2,54        | 8,50               | 70,19                |
| Duoniukas                  | 160/4   | 10     | 1,23                        | 0,19        | 7,87               | 36,60                |
| <b>Iš viso:</b>            |         |        | <b>9,26</b>                 | <b>8,02</b> | <b>41,43</b>       | <b>274,59</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta brokolių sriuba su skrebučiu    | 90/4    | 150    | 2,87                        | 7,89         | 16,39              | 142,30               |
| Žuvies šnicelis                        |         | 60     | 10,46                       | 2,12         | 4,67               | 78,21                |
| Bulvių košė                            | 2/1     | 60     | 1,23                        | 2,26         | 8,70               | 59,67                |
| Agurkų lazdelės                        | 149/4   | 40     | 0,32                        | 0,08         | 0,92               | 4,40                 |
| Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais | 136/4   | 75     | 1,28                        | 4,10         | 3,32               | 48,82                |
| Vanduo su apelsiniais                  | 48/4    | 150    | 0,06                        | 0,01         | 0,88               | 3,44                 |
| Vaisiai                                | 48/4    | 150    | 1,21                        | 0,51         | 19,32              | 75,00                |
| <b>Iš viso:</b>                        |         |        | <b>17,43</b>                | <b>16,97</b> | <b>54,20</b>       | <b>411,84</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                                  |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Sklindžiai su obuoliais          | 6/5     | 95/25  | 8,22                        | 10,19        | 38,55              | 265,43               |
| Jogurtinė grietinė 10%rieb.      | 60/4    | 10     | 0,30                        | 1,00         | 0,43               | 12,00                |
| Šaldytos uogos                   | 119/4   | 15     | 0,11                        | 0,05         | 2,16               | 8,13                 |
| Arbata su citrina (nesaldinta)   | 1/1     | 150    | 0,03                        | 0,02         | 0,48               | 1,62                 |
| <b>Iš viso:</b>                  |         |        | <b>8,66</b>                 | <b>11,26</b> | <b>41,62</b>       | <b>287,18</b>        |
| <b>Iš viso (dienos davinio):</b> |         |        | <b>35,35</b>                | <b>36,25</b> | <b>137,25</b>      | <b>973,61</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Šaldytos uogos sezono metu keičiamos į šviežias, esant poreikiui blenderiuoti.

IV savaitė

Penktadienis

**1. Pusryčiai 8:30-9:00**

| Patiekalo pavadinimas              | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                    |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Avižinių dribsnių košė su bananais | 5/5     | 170/23 | 7,57                        | 4,24        | 32,18              | 190,02               |
| Arbata be cukraus                  | 1/1     | 150    | 0,00                        | 0,00        | 0,00               | 0,00                 |
| Vaisiai                            | 48/4    | 150    | 1,21                        | 0,51        | 19,32              | 75,00                |
| Iš viso:                           |         |        | <b>8,78</b>                 | <b>4,75</b> | <b>51,50</b>       | <b>265,02</b>        |

**3. Pietūs 12:00-12:30**

| Patiekalo pavadinimas                         | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|   |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Pomidorų ir raudonųjų lęšių sriuba            | 129/4   | 150    | 9,10                        | 2,09         | 23,65              | 138,03               |
| Netikras zuikis (maltos kiaulienos gaminytis) | 18/1    | 60     | 12,47                       | 6,65         | 4,72               | 130,00               |
| Virtos bulvės                                 |         | 60     | 1,23                        | 0,06         | 11,30              | 50,05                |
| Kopūstų ir porų salotos                       | 101/4   | 40     | 0,44                        | 5,86         | 2,95               | 62,47                |
| Morkų salotos                                 | 25/4    | 40     | 0,35                        | 3,92         | 3,30               | 45,61                |
| Iš viso:                                      |         |        | <b>23,59</b>                | <b>18,58</b> | <b>45,92</b>       | <b>426,16</b>        |

**5. Vakarienė 15:30-16:00**

| Patiekalo pavadinimas     | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
|                           |         |        | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Pieniška makaronų sriuba  | 27/1    | 170    | 6,00                        | 6,77         | 18,38              | 158,45               |
| Sumuštinis su sūriu       | 31/4    | 30     | 3,53                        | 7,05         | 8,22               | 109,11               |
| Iš viso:                  |         |        | <b>9,53</b>                 | <b>13,82</b> | <b>26,60</b>       | <b>267,56</b>        |
| Iš viso (dienos davinio): |         |        | <b>41,90</b>                | <b>37,15</b> | <b>124,02</b>      | <b>958,74</b>        |

Sudarė:

Tvirtina:

Vaisiai patiekiami 10-11 val. Vaikams pietų metu patiekiamas geriamas vanduo.