



Tvirtina

Direktorė
Lina Bairauskaitė

[Signature]
2023-11-23



Maisto galerija

UAB Maisto galerija

Sudarytas pagal patiekalų receptūrų pavyzdžius, pateiktus VŠĮ Tikra mityba ir UAB Maisto galerija individualias receptūras

Vilniaus Maironio progimnazija

Čiobiškio g.1, Vilnius

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

Priešmokyklinio ugdymo grupės 4-7 metų vaikams

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8:00 iki 15:30 val.

1 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:20 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) paskaninta vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis)	Kr003	200/5/15	7,20	7,80	45,6	268,00
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,00	0,00	4,20	17,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			7,96	8,10	58,80	341,00

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	3,20	2,20	12,50	82,50
Viso grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Troškinta natūrali vištiena su daržovėmis (tausojantis)	P008	30/20	21,39	10,36	6,17	203,00
Plovas su kiauliena	K001	5/20/25	7,425	4,03	7,48	96,00
Kietųjų kviečių makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010	100	7,43	1,48	40,30	204,20
Virtos-apkeptos bulvės	Gr022	50	2,91	10,13	26,55	205,85
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi	S009	50	1,10	2,60	7,60	51,00
Švž. daržovių rinkinukas (morkos, cukinija paprika)	D006	15/15/15	1,07	0,13	11,07	62,00
Stalo vanduo paskanintas citrusiniais vaisiais	G009	150	0,0	0,0	0,80	3,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Spelta miltų lietiniai blynai su varškės įdaru, natūraliu jogurtu ir trintomis uogomis	M010	40/20/7,5/7,5	3,40	5,50	13,90	100,50
Kefyras 2,5%		100	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			6,80	8,00	18,80	156,50

1 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:15

Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu 45% ir žalumynais (tausojantis)	Ki003	90/10	12,38	14,59	25,62	203,00
Viso grūdo ruginė duona		25	1,80	0,4	13,20	63,00
Arbata (nesaldinta)	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			16,54	15,39	52,07	351,72

Pietūs

12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	150	1,40	2,30	11,00	70,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Natūralus kalakutienos terinas su sėlenomis (tausojantis)	P016	45,5/4,5	12,215	3,64	3,41	95,00
Troškinta kiauliena su daržovėmis	K004	25/25	8,19	5,43	3,04	94,00
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	23,10	119,00
Bulvių košė	Gr021	66/54	5,50	1,80	20,30	119,00
Virtinukai su varške	A80	50	5,70	2,62	13,64	100,16
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Daržovių lazdelės	D006	30	0,30	0,06	0,96	9,00
Stalo vanduo paskanintas uogomis	G009	150	0,10	0,00	0,00	4,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Spelta miltų sklandžiai su obuoliais	M0036	60	4,20	6,00	17,10	154,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Arbata žolelių (nesaldinta)	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			4,35	6,12	19,53	165,50

1 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepta pienoška avižinių dribsnių košė pagardinta migdolų drožlėmis	Kr026	150/15/3	8,80	10,00	27,80	236,00
Arbata (nesaldinta)		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		60	0,76	0,30	9,00	67,20
Iš viso:			9,56	10,30	36,80	303,20

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	150	1,29	1,52	7,88	51,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kepta šlaunelių mėsa	P025	50	24,08	14,63	0,32	229,00
Žuvies filė maltinukai su petražolėmis ir sviestu (tausojantis)	Ž010	50	16,09	13,85	6,58	215,29
Virti ryžiai spalvoti (tausojantis)	GR02	100	4,5	0,2	49,1	222,00
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	Gr017	120	3,90	0,70	29,80	141,00
Salotų lapai apšlakstyti alyvuogių aliejumi (šalto spaudimo)	S014	30	0,71	0,39	8,49	27,60
Morkų lazdelės (augalinis)	D000	30	0,30	0,06	2,61	12,30
Vanduo su uogomis		150	0	0,05	0,03	2,64

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	V014	80	8,55	4,77	11,84	134,80
Uogų užpilas	TK Nr.10P	20	0,19	0,01	3,52	14,96
Čiobrelių arbata (be cukraus)	G003	M	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,74	4,78	15,36	149,76

1 Savaitė
Ketvirtadienis
Pusryčiai 8:15
Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (tausojantis)	Kr012	100	3,47	0,85	19,06	98,00
Juodos duonos su saulėgrąžomis sumuštinis su sviestu (82%) virta vištienos filė ir pomidoru (tausojantis)	U027	20/5/20/5/5	8,15	6,18	8,73	123,00
Pieno kokteilis su bananais ir braškėmis (tausojantis)	U037	150	3,65	2,37	16,26	100,50
Sezoniniai vaisiai		70	1,06	0,42	12,60	78,40
Iš viso:			11,26	12,77	55,78	378,90

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba	Sr024	150	4,46	5,66	15,09	129,00
Vištienos troškinys su daržovėmis (tausojantis)	P008	30/20	10,70	5,18	3,09	101,50
Kiaulienos maltinis su kukurūzų dribsnių luobele (tausojantis)	K010	50	11,06	11,84	3,73	166,62
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	Gr003	100	4,24	0,53	26,12	126,00
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S004	50	0,52	2,90	4,67	44,00
Daržovių rinkinukas (agurkas, cukinija arba paprika)	D006	25/25	0,50	0,15	4,65	28,50
Sklindžiai su obuoliais	M003	100	6,45	10,83	32,50	253,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos (pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Vanduo su citrina		145/7	0,04	0,02	0,48	4,00

Pavakariai 16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Spelta miltų-varškės blynėliai	V002	75	7,36	5,70	21,73	149,00
Natūralus jogurtas 3,5%		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Arbatžolių arbata nesaldinta	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,93	6,23	22,33	158,41

1 Savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:15

Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių rūšių kruopų košė su avižų gėrimu, pagardinta saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	Kr019.1	150/5	8,30	4,80	40,90	310,00
Vaisinė arbata su citrina	G004	150	0,00	0,00	4,20	17,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			9,06	5,10	54,10	383,00

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais(žali žirneliai, morkos, kopūstai, paprika)	Sr023	150	2,22	1,65	11,04	67,50
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Varškės apkepas	K85	50	8,19	6,25	9,88	128,48
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Orkaitėje keptos vištienos lazdelės su sezamais	P018	50	15,23	5,42	1,81	117,00
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	Gr003	100	4,24	0,53	26,12	126,00
Konvekciniėje krosnyje be riebalų keptos bulvės	Gr022	50	1,46	15,7	13,28	102,93
Daržovių rinkinukas (agurkai pagal sezoną, špinatų lapai, morkos)	D006	20/10/20	0,500	0,15	4,65	28,50
Vanduo paskanintas uogomis		150/5	0,04	0,02	0,46	2,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai(tausojantis)	V014	50	5,38	2,99	7,41	78,00
Natūralus jogurtas 2,5 proc.	U036	20	1,78	0,49	7,42	24,85
Trintos uogos pagal sezoną		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Pienas 2%		100	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			8,45	5,76	32,39	158,00

2 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių kruopų košė su trintomis braškėmis ir sezamo sėklomis (tausojantis)	Kr011	150/10/1	7,10	4,00	23,10	177,00
Trintas bananų, obuolių ir braškių kokteilis (augalinis, tausojantis)	U046	100	0,92	4,37	18,04	79,17
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			8,78	8,67	50,14	312,17

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1,30	1,30	11,20	62,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kietųjų kviečių makaronai	Gr010	100	6,20	1,23	33,58	170,00
Troškintos kiaulienos padažas (tausojantis)	K008	30	6,65	6,62	4,95	106,00
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (mėsa) (tausojantis)	P025	50	12,04	7,92	0,16	114,50
Troškintos daržovės (brokoliai, šparaginės pupelės)	D002	50	7,97	7,75	20,79	185,00
Sezoninės daržovių rinkinys(morkos, agurkai)	D006	25/25	0,10	0,20	3,60	28,50
Vanduo paskatintas uogomis	G009	150	0,00	0,00	0,00	0,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miltinių kukulaičių sriuba	SR 024	150	4,5	6,45	15,846	147,87
Arbata žolelių (nesaldinta)	IG	150	0	0	0	0
Iš viso:			4,5	6,45	15,846	147,87

2 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės morkų apkepas (tausojantis)	V013	75/25	1,56	11,94	15,71	217,00
Trintos uogos pagal sezoną		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Pienas 2,5%		100	3,40	2,50	4,90	56,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			5,87	14,86	32,04	334,05

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba	Sr21	150	1,10	5,02	8,98	93,35
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	K004	25/25	8,19	5,44	3,04	94,00
Orkaitėje keptas vištienos garinukas (tausojantis)	P011	50	11,95	1,80	4,66	82,50
Spelta miltų lietiniai blynai su varškės įdaru	M010	35/15	5,03	4,32	10,55	101,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Konvecinėje krosnyje be riebalų keptos bulvės	GR022	50	1,46	5,06	13,28	102,93
Virtos grikių kruopos(tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Kopūstų morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	Gr002	50	0,70	2,00	3,10	33,00
Morkų lazdelės	D000	20	0,20	0,04	1,74	8,20
Vanduo su citrina		145/7	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			17,39	18,94	51,66	522,48

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis(žali žirneliai, cukinijos, pomidorai)(tausojantis) (augalinis)	AA12	100	6,15	5,35	14,65	157,00
Žolelių arbata nesaldinta	G03	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,15	5,35	14,65	157,00

2 Savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių kruopų košė su avižų gėrimu, trintomis mėlynėmis ir saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	Kr002.1	100/7.5/2.5	4,55	4,15	22,25	270,00
Pienas 2,5%		100	3,40	2,50	4,90	56,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			8,71	6,95	36,15	382,00

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150	2,57	2,16	20,25	111,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Žuvies maltinis su krapais (tausojantis)	Ž011	50	7,44	4,93	1,00	78,12
Kiaulienos nugarinės juostelės	K011	50	14,76	7,85	0,32	123,35
Bulvių plokštainis	A48	50	1,75	3,25	12,16	81,76
Bulgur kruopos		10	1,23	0,13	7,59	34,20
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Žalumynų padažas	P0016	20	0,21	14,63	1,00	133,33
Kepintos sezoninės daržovės (augalinis)	D016	50	0,78	2,11	4,33	39,41
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Vanduo su apelsinais	G009	145/5	0,04	0,02	0,46	2,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu	Ki003	45/5	9,46	3,50	9,03	105,50
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Daržovių lazdelės (agurkai, pomidorai) pagal sezoną	D006	15/15	0,50	0,10	3,10	14,25
Arbata nesaldinta	15d.	150	0	0	0	0
Iš viso:			11,56	3,90	25,13	180,75

2 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	Sr025	150	4,65	5,65	16,81	136,50
Skrebutis pieno ir kiaušinių plakinyje	U018	50	5,04	3,26	27,50	159,50
Arbata (nesaldinta) žolelių	1G	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			10,45	9,21	53,31	352,00

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių sriuba (tausojantis)	Sr21	150	3,34	4,55	13,45	105,48
Kapotos vištienos kepsniukai	P019	50	10,41	4,45	2,45	91,50
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	K003	50	9,46	3,50	9,03	105,50
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	V003	42,5/7,5	6,81	4,19	10,18	105,50
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	50	1,14	1,46	8,34	51,00
Virti ryžiai spalvoti (tausojantis)	GR002	50	2,25	0,10	24,50	111,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Daržovių rinkinukas(morkos, agurkai, paprikos) (pagal sezoną)	D006	25/25	0,10	0,20	3,60	20,00
Vanduo paskanintas uogomis		150	0,60	0,20	3,80	19,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Spelta miltų lietiniai blynai įdaryti bananais ir pagardinti trintomis uogomis	M012	50/20/20	4,13	4,61	24,47	156,00
Arbata (nesaldinta) žolelių	G009	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			4,13	4,61	24,47	156,00

2 Savaitė
Penktadienis
Pusryčiai 8:15
Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė praturtinta avižų sėlenomis ir pagardinta uogomis (tausojantis)	Kr022	150/5/15	6,14	8,73	24,85	202,00
Viso grūdo duonos sumuštinis su varškės kremu ir žalumynais (tausojantis)	U001	20/25/1	4,09	5,88	9,23	106,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			10,99	14,91	43,08	364,00

Pietūs
12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150	2,26	2,31	17,40	99,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Spelta miltų -varškės blynėliai	V002	50	5,46	3,24	9,25	88,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Makaronai su vištiena ir daržovėmis	P027	75	7,54	7,02	18,35	158,38
Daržovių rinkinukas (salotų lapai, morkos, agurkai)	D006	10/20/20	1,07	0,13	11,07	62,00
Keptos bulvių skiltelės	Gr022	50	1,46	5,07	13,28	102,93
Natūralus jogurtas		20	0,70	0,50	0,80	11,00
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	150	0,10	0,00	0,20	1,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų blynėliai su natūraliu jogurtu 2,5% (tausojantis)	D001	70/10	6,13	6,06	19,5	155,33
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Arbata (nesaldinta)	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,28	6,18	21,93	166,83

3 savaitė
Pirmadienis
Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	M004	80	5,67	8,70	29,11	236,43
Natūralus jogurtas 2,5%	U036	20	1,78	0,49	7,42	24,85
Žolelių arbata nesaldinta	G03	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		70	0,76	0,30	9,00	78,40
Iš viso:			8,31	9,49	45,53	339,68

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba(tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	1,34	1,52	8,48	52,50
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kiaulienos kepsneliai su sezamais	K006	50	11,11	6,30	3,85	116,50
Vištienos troškinys su daržovėmis (tausojantis)	P008	30/20	10,70	5,18	3,09	102,50
Virtos grikių kruopos(tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Kietųjų kviečių makaronai(tausojantis)(augalinis)	Gr010	100	6,20	1,23	33,58	170,00
Fermentinis sūris		20	8,30	6,40	0,02	90,80
Morkų salotos su salierais arba saulėgrąžomis	S006	100	1,04	5,21	9,34	88,00
Daržovių lazdelės(pagal sezoną agurkas, paprika)	D006	20/10/20	1,07	0,13	11,07	62,00
Vanduo paskatintas vaisiais	G009	150	0,10	0,00	1,30	6,00
Iš viso:			17,38	12,28	60,86	459,64

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su kriaušėmis, praturtintas avižų sėlenomis, pagardintas migdolais	V011	63/7/0,5	7,07	5,51	11,05	149,66
Natūralus jogurtas 2,5%		12,5	0,48	0,44	0,50	7,84
Erškėtrožių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,55	5,95	11,55	157,50

3 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Speltų miltų blynėliai su cukinijomis	M007	100	8.70	9.41	35.09	260.00
Natūralus jogurtas 2,5 %	U036	20	1.78	0.49	7.42	24.85
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai		50	0.76	0.30	9.00	56.00
Iš viso:			11.24	10.20	51.51	340.85

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Brokolių sriuba(tausojantis)	Sr027	150	2.16	0.26	7.88	42.90
Pilno grūdo duona		30	1.60	0.30	13.00	61.00
Orkaitėje keptos vištienos terinas su linų sėmenimis(tausojantis)	P017	50	11.34	1.44	2.8/8	70.00
Kiaulienos nugarinės juostelės(tausojantis)	K011	50	14.76	7.85	0.32	123.35
Virtos grikių kruopos(tausojantis) (augalinis) su daržovėmis	Gr13	100	4.20	1.03	2.10	119.00
Spelta miltų lietiniai blynai įdaryti bananais	M012	35/15	2.77	3.18	15.79	101.50
Grietinė		20	0.48	6.00	0.62	58.00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0.15	0.12	2.43	11.50
Natūralus jogurtas		15	0.57	0.53	0.60	9.41
Virtos-apkeptos bulvės	Gr022	50	2.91	10.13	26.55	205.85
Kopūstų morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	45	0.60	1.80	2.80	30.00
Stalo vanduo paskanintas mėta	G009	150	0.10	0.00	0.80	4.00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	V013	37,5/12/5	5.78	5.97	7.86	108.50
Trintos uogos pagal sezoną		20	0.15	0.12	2.43	11.50
Natūralus jogurtas 2,5 %		12.50	0.48	0.44	0.50	7.84
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0.00	0.00	0.00	0.00
IŠ VISO			6.41	6.53	10.79	127.84

3 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

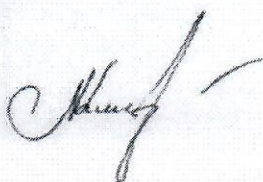
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška penkių rūšių kruopų košė su avižų gėrimu, pagardinta vyšniomis	Kr19.1	150/15/3	7,53	8,32	42,48	238,86
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			8,29	8,62	51,48	294,86

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba su žalumynais tausojantis (augalinis)	Sr001	150	4,45	5,65	15,09	129,00
Orkaitėje kepti žuvies filė maltinukai (tausojantis)	Ž010	50	4,05	3,47	1,65	54,83
Kiaulienos kepsneliai su sezamais (tausojantis)	K009	50	5,53	5,92	1,87	83,31
Bulvių košė su morkomis	Gr.12.1	80/20	2,22	2,95	16,13	100,00
Virti ryžiai spalvoti	GR002	50	4,5	0,2	49,1	222,00
Daržovių salotos su krapais	S011	50	0,53	4,9	3,62	16,64
Virtinukai su varškės įdaru (tausojantis)	M013.1	37,5/12,5	3,43	1,50	8,56	61,50
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Stalo vanduo paskanintas daržovėmis	G009	150	0,05	0,00	0,60	4,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų blynėliai su natūraliu jogurtu 2,5% (tausojantis)	D001	70/10.	6,13	6,06	19,50	155,33
Arbata (nesaldinta)	G003	150	0	0	0	0
Iš viso:			6,13	6,06	19,50	155,33



3 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su varškės įdaru, natūraliu jogurtu, pagardinti trintomis uogomis	M010.1	80/40/15/1 5	11,52	11,52	26,28	242,00
Arbata su pienu	G005	50/50	1,70	1,25	2,45	28,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			13,98	11,61	37,73	326,00

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių sriuba	Sr024	150	4,45	5,65	15,09	129,00
Orkaitėje keptos vištienos lazdelės (tausojantis)	P018	50	7,62	2,71	0,91	58,50
Žemaičių blynai su kiauliena(tausojantis)	D011	60/20	7,02	6,95	14,00	146,50
Kietųjų kviečių makaronai(tausojantis)(augalinis)	Gr010	100	6,20	1,23	33,58	170,00
Apkeptos bulvės	Gr022	50	1,46	5,07	13,28	102,93
Fermentinis sūris		20	8,30	6,40	0,02	90,80
Grietinė		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Daržovių lazdelės pagal sezoną(agurkai, salotų lapai, morkos)	S005	20/10/20	1,07	0,13	11,07	62,00
Stalo vanduo paskanintas daržovėmis		150	0,05	0,00	0,60	4,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kietųjų kviečių makaronai su sviestu	A66	100	3,82	4,24	26,57	162,85
Fermentinis sūris		20	8,30	6,40	0,02	90,80
Arbata (nesaldinta) žolelių	G009	150	0	0	0	0
Iš viso:			12,12	10,64	26,59	253,65

3 Savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:15

Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Brinkinti gričiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr027	150	8,50	4,50	40,10	303,00
Glotnutis su braškėmis	3DA	100	0,71	0,30	11,35	49,45
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			9,97	5,100	60,45	408,45

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos sultinys su makaronais	Sr034	150	1,70	1,60	8,30	54,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	50	11,34	1,44	2,88	70,00
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Keptos bulvių lazdelės	Gr022	50	1,46	5,07	13,28	102,93
Varškės-morkų apkepas	V013	37,5/12,50	5,78	5,97	7,86	108,50
Natūralus jogurtas 2,5%		20	0,70	0,50	0,80	11,00
Grietinė		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos (pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Daržovių lazdelės (morkos, paprikos)	D006	25/25	1,07	0,13	11,07	62,00
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	150	0,00	0,00	1,00	4,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	Sr024	150	4,46	5,65	15,09	143,00
Kakava su pienu	G002	100	2,12	1,68	6,34	49,00
Iš viso:			6,58	7,33	21,43	192,00

3 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:15

Vaisiai 10:00

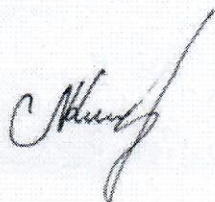
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Brinkinti griikiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojuantis) (augalinis)	Kr027	150	8,50	4,50	40,10	303,00
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			9,26	4,80	49,10	359,00

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos sultinys su makaronais	Sr034	150	1,70	1,60	8,30	54,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojuantis)	P017	50	11,34	1,44	2,88	70,00
Virtos grikių kruopos (tausojuantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Keptos bulvių lazdelės	Gr022	50	1,46	5,07	13,28	102,93
Varškės-morkų apkepas	V013	37,5/12,50	5,78	5,97	7,86	108,50
Natūralus jogurtas 2,5%		20	0,70	0,50	0,80	11,00
Grietinė		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos (pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Daržovių lazdelės (morkos, paprikos)	D006	25/25	1,07	0,13	11,07	62,00
Vanduo paskatintas apelsiniais	G009	150	0,10	0,00	0,80	4,00

Pavakariai 16:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	M010.1	70/30	8,97	7,87	19,80	156,00
Žolelių arbata nesaldinta	15d.	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,97	7,87	19,80	156,00



4 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė praturtinta avių sėlenomis ir pagardinta vyšniomis be kauliukų	Kr022	150/5/15	6,14	8,73	24,85	202,00
Skrebutis su užtepėle ir daržovėmis	U013	25/20/5	5,55	3,08	17,00	118,00
Arbata vaisinė nesaldinta	G009	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Iš viso:			12,45	12,11	50,85	376,00

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	Sr015	150	1,37	6,28	11,23	116,69
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,30	10,50	50,00
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	K004	50	5,74	5,72	0,40	76,00
Kapotos vištienos kepsneliai	P019	50	10,41	4,45	2,45	91,50
Bulvių košė (tausojanti)	Gr012	50	2,27	2,92	16,68	51,00
Brinkinti griekiai (tausojantis)	Gr018	100	4,40	1,10	24,30	124,00
Skryliai	A67	50	5,43	2,69	33,28	87,99
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Sezoninės daržovių rinkinys(morkos, paprika)	D006	15/15	0,50	0,10	3,100	14,25
Švž. Kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir aliejaus užpilu	S008	100	1,43	5,25	9,54	91,00
Vanduo paskatintas uogomis	G009	150	0,05	0,02	0,12	3,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Spelta miltų varškės blynėliai su jogurtu	V02	80/20	8,00	5,65	15,09	155,00
Trintos uogos		15	0,15	0,12	2,43	11,50
Nesaldinta arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,15	5,77	17,52	166,50

4 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:15

Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Juodos duonos su saulėgrąžomis sumuštinis su virta vištienos file, salotomis ir pomidorais	U027	30/7,5/30/7,5	12,22	9,26	13,10	234,66
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	10,00	56,00
Nesaldinta žolelių arbata	G002	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,16	12,08	32,61	364,16

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais(tausojantis) (augalinis)	Sr0	150	1,6	2,10	7,60	56,00
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,30	13,00	61,00
Kiaulienos šašlykas (tausojantis)	A21	50/30	11,92	24,67	6,60	291,91
Žuvies apkepas su daržovėmis	Ž015.1	30/50	16,66	9,63	5,5	175,36
Avižinių dribsnių sklandžiai su obuoliais	A78	50	7,21	12,24	38,42	146,97
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos pagal sezoną		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Virti ryžiai su kariu (tausojantis) (augalinis)	Gr002	100	3,79	0,20	32,76	148,00
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	S009	50	1,15	3,69	6,21	50,50
Vanduo praturtintas vaisiais	G003	150	0,05	0,02	0,12	3,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu	M008	75	9,61	4,89	21,22	156,75
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,61	4,89	21,22	156,75

4 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

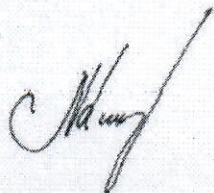
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su avižų sėlenomis ir žalumynais (tausojantis)	Ki001	100	11,70	12,00	8,80	198,00
Juoda duona su saulėgrąžomis		20	1,60	1,80	8,20	55,00
Arbata su pienu	G005	150	2,55	1,88	3,68	41,78
Vaisiai		50	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:			16,61	15,98	34,62	350,78

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr024	150	1,03	1,59	8,24	51,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,3	13,00	61,00
Kiaulienos nugarinės juostelės	K011	50	29,51	14,17	0,63	123,34
Virtos-apkeptos bulvės krosnyje	Gr.022	50	2,91	10,13	26,55	102,93
Pilno grūdo makaronai (tausojanti) (augalinis)	GR010	100	6,20	1,23	33,58	190,17
Lietiniai blynėliai	A70	100	7,37	9,47	36,37	256,55
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Vaisių padažas		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Daržovių rinkinukas (morkos, cukinija, paprika)	S010	15/15/15	0,600	3,00	3,90	64,40
Stalo vanduo paskanintas uogomis		150	0,00	0,00	1,00	4,00
Iš viso:			14,73	7,19	57,47	493,35

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Spelta miltų sklandžiai su obuoliais ir trintomis uogomis	M003	80/15	2,80	2,50	14,56	100,50
Pienas 2, %		150	5,10	3,80	7,40	67,00
Iš viso:			7,90	6,30	21,96	167,50



Pusryčiai 8:15 Vaisiai 10:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška penkių rūšių kruopų košė (tausojantis)	Kr019	100	7,02	2,41	25,06	150,00
Trintas bananų, obuolių ir braškių kokteilis (augalinis, tausojantis)	U046	100	0,92	0,37	10,04	79,17
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			8,70	3,08	49,04	285,17

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	Sr009	150	2,11	1,63	14,41	81,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Vištienos maltinukas su sėlenomis	P017	50	11,34	1,44	2,88	70,00
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	Gr003	50	2,12	0,265	13,06	63,00
Virtos-apkeptos bulvės	Gr.022	50	1,46	5,07	13,28	102,93
Kepti varškėčiai (spelta miltai)	A84	50	8,37	6,95	10,05	272,36
Trintos braškės		25	0,23	0,20	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Daržovių rinkinys(morkos, salotų lapai su alyvuogių aliejumi, salieras, paprika)	D006	15/10/15	0,10	0,20	3,60	20,00
Vanduo paskanintas obuoliais	Gr009	150	0,00	0,00	1,00	4,00

Pavakariai 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su bananais ir jogurtu 2,5%	V002	100/50/15	8,04	9,63	49,30	165,00
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,04	9,63	49,30	165,00

Direktorė Nijolė Kairytė

