

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio
stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

Kauno vaikų lopšelis- darželis „Aušrinė“

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-7 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7,00 iki 19,00 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Miežinių kruopų košė | 1A | 250 | 12,3 | 7,9 | 35,8 | 263,5 |
| Sviestas 82% | 1U | 6 | 0,0 | 5,0 | 0,0 | 45,0 |
| Arbata saldinta | 1G | 200 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Obuoliai | 1VA | 80 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 |
| Iš viso: | | | 13,0 | 13,0 | 54,6 | 387,4 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Šv.kopūstų sriuba su bulvėmis | 1SR | 200 | 1,9 | 6,5 | 13 | 118,1 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1 | 0,2 | 11,7 | 52,6 |
| Kiaulienos kumpio mėsos ir grikių troškinys (tausuojantis) | 2A | 60/40 | 15,7 | 13,7 | 28,7 | 300,0 |
| Morkų salotos su aliejumi | 1SA | 60 | 0,8 | 0,7 | 2,2 | 18,3 |
| Sulčių gerimas | 2G | 200 | 0,3 | 0 | 16,1 | 65,6 |
| Iš viso: | | | 19,8 | 22,6 | 71,8 | 568,9 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Bulvių plokštainis su kiaulienos kumpio mėsa | 3A | 100/50 | 15,3 | 6,2 | 57,6 | 347,4 |
| 30% Grietinės padažas | 1P | 30 | 0,5 | 8,9 | 1,4 | 87,7 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Iš viso: | | | 15,8 | 15,1 | 68,4 | 472,7 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,6 | 50,7 | 194,8 | 1429,9 |

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Perlinių kruopų košė | 4A | 200 | 9,8 | 6,8 | 34,0 | 236,4 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Kriaušės | 2VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 31,6 |
| Kakava su pienu ir cukrumi | 3G | 150 | 3,2 | 2,6 | 13,7 | 91,0 |
| Iš viso: | | | 13,3 | 13,6 | 55,6 | 396,8 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Daržovių sriuba su makaronais | 2SR | 200 | 2,1 | 5,2 | 15,0 | 86,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Karališki balandėliai su kiaulienos kumpio mėsa (taisuojantis) | 5A | 60/40 | 15,2 | 10,8 | 6,6 | 184,4 |
| Grietinė 30% | 2U | 15 | 0,4 | 4,5 | 0,4 | 43,7 |
| Bulvių košė | 6A | 100 | 1,7 | 3,7 | 16,7 | 106,9 |
| Agurkai | 1DA | 50 | 0,4 | 0 | 1,4 | 28,8 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,5 | 0 | 20,6 | 84,4 |
| Iš viso: | | | 21,9 | 24,5 | 74,7 | 599,6 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virti varškėtukai | 7A | 150 | 14,3 | 8,2 | 40,2 | 291,8 |
| 30% Grietinės padažas | 1P | 25 | 0,5 | 7,4 | 1,2 | 73,4 |
| Arbata su cukrumi ir citrina | 4G | 150 | 0 | 0 | 9,4 | 37,6 |
| Iš viso: | | | 14,8 | 15,6 | 50,8 | 402,8 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 50,0 | 53,7 | 181,1 | 1399,2 |

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virti kiaušiniai | 8A | 90 | 5,0 | 4,1 | 1,5 | 62,9 |
| Majonezas | 3U | 10 | 0,0 | 4,0 | 0,3 | 37,2 |
| Žirneliai konservuoti | 4U | 10 | 2,4 | 1,3 | 5,2 | 42,1 |
| Batonas | 2D | 50 | 4,0 | 2,3 | 26,0 | 140,7 |
| Arbata su pienu saldinta | 5G | 200 | 1,9 | 1,4 | 15,2 | 81,0 |
| Obuoliai | 1VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 32,8 |
| Iš viso: | | | 13,6 | 13,1 | 56,1 | 396,7 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|-----------------------------------|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Agurkinė sriuba | 3 SR | 200 | 4,8 | 4,1 | 16,1 | 120,5 |
| Grietinė 30% | 2U | 10 | 0,6 | 6,0 | 0,6 | 28,6 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Vištienos kotletas (tausuojantis) | 9A | 80 | 13,8 | 12,0 | 2,7 | 174,0 |
| Ryžių košė | 10A | 70 | 1,8 | 0,5 | 19,2 | 88,5 |
| Kopustų salotos su aliejumi | 2SA | 60 | 0,6 | 4,1 | 9,1 | 65,0 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 23,4 | 27,2 | 72,0 | 626,4 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Troškintos daržovės su kiaulienos mėsa | 11A | 150/50 | 11,4 | 13,0 | 28,7 | 277,4 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Obuolių kompotas su citrina | 6G | 150 | 0,4 | 0,2 | 14,2 | 60,2 |
| Iš viso: | | | 13,4 | 13,5 | 56,9 | 402,7 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 50,4 | 53,8 | 185,0 | 1425,8 |

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Manų kruopų košė | 12A | 200 | 13,0 | 8,0 | 23,8 | 219,2 |
| Sviestas 82% | 1U | 6 | 0,0 | 5,0 | 0,0 | 45,0 |
| Cukrus su cinamonu | 5U | 5 | 0,0 | 0,0 | 4,6 | 18,4 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Bananai | 3VA | 80 | 0,9 | 0,3 | 18,9 | 81,9 |
| Iš viso: | | | 13,9 | 13,3 | 56,7 | 402,1 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|---------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba | 4SR | 200 | 4,9 | 7,1 | 15,2 | 144,3 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Troškintas kiaulienos kumpis (Tausuojantis) | 13A | 100 | 17,5 | 10,3 | 9,4 | 200,3 |
| Bulvių košė | 6A | 100 | 1,7 | 1,0 | 20,0 | 95,8 |
| Pekino kopūstu salotas su pomidorais | 3SA | 50 | 0,6 | 4,1 | 7,9 | 70,9 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,7 | 0,1 | 10,9 | 47,3 |
| Iš viso: | | | 27,1 | 24,4 | 77,5 | 638,0 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Varškės apkepas | 14A | 120 | 12,1 | 8,7 | 34,2 | 263,5 |
| Saldus grietinės padažas su vanilė | 2P | 30 | 0,4 | 4,5 | 14,9 | 101,7 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Iš viso: | | | 12,5 | 13,2 | 58,5 | 402,8 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 53,5 | 50,9 | 192,7 | 1442,9 |

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Kukuruzų kruopų košė | 15A | 200 | 11,4 | 8,8 | 30,8 | 248,0 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Arbata su pienu saldinta | 5G | 150 | 0,9 | 0,2 | 10,2 | 57 |
| Obuoliai | 1VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 32,8 |
| Iš viso: | | | 12,6 | 13,2 | 43,2 | 375,6 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Perlinių, žirnių kruopų sriuba | 5SR | 200 | 4,2 | 5,0 | 19,4 | 139,4 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Troškintas kalakutienos kukulis | 16A | 70 | 10,0 | 9,1 | 3,4 | 135,5 |
| 30% Grietinės padažas | 1P | 25 | 0,5 | 4,7 | 0,9 | 47,9 |
| Morku salotos su česnakais ir majonezu | 4SA | 70 | 0,6 | 1,5 | 6,2 | 40,7 |
| Biri grikių košė | 17A | 100 | 5,3 | 1,7 | 32,1 | 164,9 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,8 | 0,2 | 11,2 | 49,8 |
| Iš viso: | | | 23,1 | 24,0 | 87,3 | 657,6 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška makaronų sriuba | 6SR | 200 | 10,2 | 8,0 | 37,8 | 264,0 |
| Sausainiai | 6U | 30 | 2,3 | 4,3 | 21,1 | 132,3 |
| Iš viso: | | | 12,5 | 12,3 | 58,9 | 396,3 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,2 | 49,5 | 189,4 | 1429,5 |

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Kvietinių kruopų košė | 18A | 200 | 8,2 | 4,4 | 37,0 | 220,4 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Pienas 2,5% | 6G | 200 | 4,8 | 5,0 | 9,4 | 101,8 |
| Apelsinai | 4VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 10,7 | 44,0 |
| Iš viso: | | | 13,3 | 13,6 | 57,1 | 404,0 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė * vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|------------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Bulvių sriuba su maltos kiaulienos kukulaičiais | 7SR | 170/30 | 5,8 | 7,6 | 17,3 | 160,8 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Užkepti, kiaulienos kumpio natūralūs kotletai (tausojantis) | 19A | 90 | 12,7 | 14,4 | 4,5 | 198,4 |
| Garintų daržovių mišinys (morkos, žirneliai, kalafiorai) | 20A | 40 | 0,3 | 0,8 | 5,5 | 30,4 |
| Bulvių košė | 6A | 100 | 1,7 | 1,0 | 20,0 | 95,8 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,7 | 0,1 | 10,9 | 47,3 |
| Iš viso: | | | 22,8 | 24,2 | 72,2 | 597,8 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Mieliniai blynai | 21A | 180 | 12,2 | 13,2 | 33,3 | 300,8 |
| Uogienė | 7U | 20 | 0,1 | 0,1 | 11,7 | 48,1 |
| Arbata su cukrumi ir citrina | 4G | 150 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 40,8 |
| Iš viso: | | | 12,3 | 13,3 | 55,2 | 389,7 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,4 | 51,1 | 184,5 | 1391,5 |

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė | 22A | 200 | 12,2 | 8,8 | 30,8 | 251,2 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Cukrus su cinamonu | 2U | 5 | 0,0 | 0,0 | 4,6 | 18,4 |
| Obuoliai | 1VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 32,8 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 8,0 | 32,0 |
| Iš viso: | | | 12,5 | 13,0 | 51,3 | 372,2 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pupelių sriuba su bulvėmis | 8SR | 150 | 4,5 | 4,3 | 13,7 | 111,5 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Lietiniai su virta kiaulienos kumpio mėsa | 23A | 90/60 | 15,8 | 14,8 | 34,7 | 335,2 |
| 30 % Grietinės padažas | 1P | 20 | 1,4 | 4,1 | 0,8 | 45,7 |
| Morkų lazdelės | 2D | 40 | 0,4 | 0,0 | 4,2 | 18,4 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,0 | 10,1 | 41,2 |
| Iš viso: | | | 23,9 | 23,5 | 77,5 | 617,1 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Troškintos daržovės su kiaulienos kumpio mėsa | 24A | 150/50 | 12,4 | 13,4 | 32,2 | 299,0 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Obuolių kompotas su citrina | 6G | 150 | 0,4 | 0,0 | 9,5 | 39,6 |
| Iš viso: | | | 14,4 | 13,7 | 55,7 | 403,7 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 50,8 | 50,2 | 184,5 | 1393,0 |

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Penkių javų kruopų košė | 25A | 200 | 11,8 | 6,2 | 35,0 | 243,0 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Kakava su pienu ir cukrumi | 3G | 150 | 2,2 | 2,6 | 13,7 | 87,0 |
| Kriaušės | 2VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 31,6 |
| Iš viso: | | | 14,3 | 13,0 | 56,6 | 400,6 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Daržovių sriuba (kalafiorai) | 9SR | 200 | 7,6 | 5,5 | 24,2 | 176,7 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Žuvies (jūros lydeka) kukulis (tausuojantis) | 26A | 80 | 11,9 | 11,4 | 9,7 | 189,0 |
| Perlinių kruopų košė | 4A | 80 | 1,2 | 0,5 | 26,3 | 114,5 |
| Burokelių salotos su aliejumi | 5SA | 60 | 0,6 | 4,3 | 6,5 | 67,1 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 23,2 | 23,7 | 91,1 | 670,5 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virtu bulvių cepelinai su varške | 27A | 40/30 | 10,3 | 2,9 | 31,9 | 194,9 |
| 30% Grietinės padažas | 1P | 25 | 0,5 | 7,4 | 1,2 | 73,4 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Sausainiai | 1U | 30 | 2,0 | 3,4 | 10,9 | 73,2 |
| Iš viso: | | | 12,8 | 13,7 | 53,4 | 379,1 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 50,3 | 50,4 | 201,1 | 1459,2 |

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Miežinių kruopų košė | 1A | 200 | 12,2 | 9,5 | 26,6 | 240,7 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Bananai | 3VA | 90 | 0,9 | 0,4 | 21,1 | 91,6 |
| Iš viso: | | | 13,1 | 14,1 | 57,1 | 407,7 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Skaidrus vištienos sultinys su makaronais | 10SR | 200 | 5,2 | 3,8 | 20,0 | 135,0 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Plovas (vištienos kumpeliai) (tausuojantis) | 28A | 80/70 | 16,7 | 13,4 | 27,2 | 296,2 |
| Morkų salotos | 1SA | 60 | 0,2 | 5,9 | 5,5 | 75,9 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 23,9 | 23,6 | 77,0 | 616,0 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virti varškėtukai | 7A | 120 | 12,4 | 8,5 | 48,2 | 318,9 |
| 30% Grietinės padažas | 1P | 25 | 0,5 | 4,4 | 1,2 | 46,4 |
| Arbata su cukrumi ir citrina | 4G | 150 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 40,8 |
| Iš viso: | | | 12,9 | 12,9 | 59,6 | 406,1 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 49,9 | 50,6 | 193,7 | 1429,8 |

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Omletas su sūriu | 29A | 130/20 | 9,2 | 11,7 | 16,4 | 207,7 |
| Batonas | 2D | 30 | 3,3 | 0,5 | 20,4 | 99,3 |
| Arbata su pienu saldinta | 5G | 150 | 0,9 | 1,4 | 10,2 | 57,0 |
| Pomidorai | 3DA | 50 | 0,5 | 0,2 | 3,9 | 19,4 |
| Iš viso: | | | 13,9 | 13,8 | 50,9 | 383,4 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Raugintų kopūstų sriuba | 11SR | 200 | 2,1 | 7,0 | 8,2 | 104,2 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Kiaulienos kumpio kotletas (tausojantis) | 30A | 80 | 12,5 | 7,9 | 8,6 | 155,5 |
| Biri grikių košė | 17A | 100 | 5,3 | 4,7 | 35,1 | 203,9 |
| Kopūstų, obuolių salotos | 6SA | 50 | 0,6 | 2,4 | 5,4 | 45,6 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 22,4 | 24 | 81,7 | 632,4 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška miežinių kruopų sriuba | 12 SR | 200 | 9,8 | 6,0 | 17,7 | 164,0 |
| Bandelė | 8U | 50 | 3,9 | 6,6 | 35,2 | 215,8 |
| Iš viso: | | | 13,7 | 12,6 | 52,9 | 379,8 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 50,0 | 50,4 | 185,5 | 1395,6 |

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virti makaronai | 31A | 200 | 8,2 | 5,4 | 37,6 | 231,8 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Tarkuotas fermentinis sūris | 9U | 15 | 4,3 | 3,8 | 0,0 | 51,4 |
| Apelsinai | 4VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 10,7 | 44,0 |
| Arbata su cukrumi ir citrina | 4G | 150 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 40,8 |
| Iš viso: | | | 12,8 | 13,4 | 58,5 | 405,8 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Žirnių sriuba | 13SR | 200 | 2,8 | 4,2 | 17,8 | 120,2 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Mėsos(kiaulienos kumpio) ir daržovių troškinys | 32A | 60/100 | 17,9 | 16,4 | 26,2 | 324,0 |
| Agurkų- pomidorų salotos | 7SA | 40 | 0,4 | 1,6 | 4,3 | 33,2 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 23,0 | 24,2 | 72,7 | 600,6 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Lietiniai blynai (be įdaro) | 33A | 150 | 11,6 | 12,4 | 39,4 | 315,6 |
| Šaldytų uogų kompotas | 7G | 150 | 1,2 | 0,8 | 8,0 | 44,0 |
| Uogienė | 7U | 20 | 0,1 | 0,1 | 11,7 | 48,1 |
| Iš viso: | | | 12,9 | 13,3 | 59,1 | 407,7 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,7 | 50,9 | 190,3 | 1414,1 |

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška ryžių kruopų košė | 34A | 200 | 12,4 | 8,4 | 20,6 | 207,6 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Arbata su cukrumi ir citrina | 4G | 150 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 40,8 |
| Bananai | 3VA | 100 | 1,0 | 0,4 | 23,4 | 101,2 |
| Iš viso: | | | 13,4 | 13,0 | 54,2 | 387,4 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Ukrainetiški barščiai | 14SR | 150 | 4,6 | 9,1 | 15,6 | 162,7 |
| Grietinė 30% | 2U | 10 | 0,6 | 6,0 | 0,6 | 28,6 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Žuvies (jūros lideka) šnicelis (tausojantis) | 35A | 90 | 12,1 | 5,0 | 3,6 | 107,8 |
| Bulvių košė | 6A | 100 | 1,7 | 1,0 | 20,0 | 95,8 |
| Burokelių salotos su aliejumi | 5SA | 60 | 0,6 | 4,3 | 6,5 | 67,1 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 21,4 | 25,9 | 70,6 | 570,9 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virti makaronai | 31A | 150 | 5,4 | 2,6 | 29,2 | 164,5 |
| Daržovių, maltos kiaulienos kumpio mėsos padažas | 1U | 40/30 | 8,3 | 12,0 | 9,9 | 180,8 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Iš viso: | | | 13,7 | 14,6 | 48,5 | 388,2 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,5 | 53,5 | 173,3 | 1346,5 |

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Miežinių kruopų košė | 1A | 200 | 12,2 | 7,5 | 31,6 | 242,7 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Pienas 2,5% | 6G | 150 | 1,6 | 2,8 | 6,1 | 56,0 |
| Obuoliai | 1VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 32,8 |
| Cukrus su cinamonu | 5U | 5 | 0,0 | 0,0 | 4,6 | 18,4 |
| Iš viso: | | | 14,1 | 14,5 | 50,2 | 387,7 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis | 15SR | 200 | 3,1 | 6,2 | 9,4 | 105,8 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Maltos kiaušienos kumpio mėsos žrazai (tausuojantis) | 36A | 80/10 | 13,7 | 9,6 | 10,1 | 181,6 |
| Garintų daržovių mišinys (morkos, žirneliai, kalafiorai) | 20A | 60 | 0,48 | 3,12 | 10,2 | 70,8 |
| Perlinių kruopų košė | 4A | 100 | 1,58 | 0,71 | 25,71 | 115,55 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 20,76 | 21,63 | 79,81 | 596,95 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virti varškės kukuliukai | 37A | 150 | 11,8 | 9,4 | 40,2 | 292,6 |
| Šaldytų uogų kompotas | 7G | 150 | 1,2 | 0,8 | 6,0 | 36,0 |
| Saldus grietinės padažas su vanilė | 2P | 20 | 0,3 | 3,0 | 9,9 | 67,8 |
| Iš viso: | | | 13,3 | 13,2 | 56,1 | 396,4 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,16 | 49,33 | 186,11 | 1381,05 |

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška grikių kruopų košė | 38A | 200 | 11,8 | 7,9 | 39,6 | 276,7 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Kriaušės | 2VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 31,6 |
| Iš viso: | | | 12,1 | 12,1 | 56,9 | 384,9 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Skaidrus vištienos sultinys su makaronais | 10SR | 250 | 6,0 | 9,8 | 22,5 | 202,2 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Troškinti vištienos kumpeliai (tausuojantis) | 38A | 90 | 14,6 | 14,4 | 7,9 | 219,6 |
| Ryžių košė | 10A | 60 | 0,9 | 0,6 | 17,5 | 79,0 |
| Agurkai | 1DA | 40 | 0,3 | 0 | 1,0 | 5,2 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 23,6 | 25,3 | 73,2 | 614,9 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Troškintos daržovės su kiaulienos kumpio mėsa | 24A | 150/50 | 11,8 | 13,2 | 30,2 | 286,8 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Obuolių kompotas su citrina | 6G | 150 | 0,4 | 0,2 | 14,2 | 60,2 |
| Iš viso: | | | 13,8 | 13,7 | 58,4 | 412,1 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 49,5 | 51,1 | 188,5 | 1411,9 |

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Manų kruopų košė | 12A | 200 | 13,2 | 8,0 | 37,8 | 276,0 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Cukrus su cinamonu | 5U | 5 | 0,0 | 0,0 | 4,6 | 18,4 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Obuoliai | 1VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 32,8 |
| Iš viso: | | | 13,5 | 12,2 | 59,7 | 402,6 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Ryžių kruopų sriuba su pomidorais | 16SR | 200 | 4,4 | 6,8 | 18,4 | 152,4 |
| Grietinė 30% | 2U | 10 | 0,6 | 6,0 | 0,6 | 28,6 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Virtų bulvių cepelinai su virta kiaulienos kumpio mėsa (tausuojantis) | 39A | 40/30 | 14,8 | 8,9 | 22,7 | 230,1 |
| 30% Grietinės padažas | 1P | 25 | 0,5 | 7,4 | 1,2 | 73,4 |
| Morkų lazdelės | 2D | 40 | 0,4 | 0 | 4,2 | 18,4 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 22,5 | 29,6 | 71,4 | 611,8 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška grikių kruopų sriuba | 17SR | 200 | 10,4 | 9,2 | 33,6 | 258,8 |
| Sausainiai | 3U | 30 | 1,7 | 3,1 | 25,5 | 136,7 |
| Iš viso: | | | 12,1 | 12,3 | 59,1 | 395,5 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,1 | 54,1 | 190,2 | 1409,9 |

4 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė | 22A | 200 | 12,8 | 8,8 | 46,9 | 318,0 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Apelsinai | 4VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 10,7 | 44,0 |
| Iš viso: | | | 13,1 | 13,0 | 67,0 | 437,4 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pupelių sriuba su bulvėmis | 8SR | 200 | 4,6 | 6,4 | 18,3 | 149,2 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Kiauliena (kumpis) su troškintais kopūstais (šviežiais) (taisuojantis) | 40A | 60/60 | 15,6 | 14,2 | 19,0 | 266,2 |
| Virtos bulvės | 41A | 80 | 1,4 | 0,1 | 16,0 | 70,5 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais | 6SA | 60 | 0,8 | 3,4 | 3,7 | 48,6 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 24,2 | 24,6 | 81,3 | 643,4 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virti makaronai | 31A | 150 | 5,4 | 3,6 | 30,2 | 177,5 |
| Fermentinio sūrio ir maltos kiaulienos kumpio mėsos padažas | 42A | 20/50 | 6,9 | 11,1 | 12,7 | 178,3 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Iš viso: | | | 12,3 | 14,7 | 52,3 | 393,4 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 49,6 | 52,3 | 200,6 | 1474,2 |

4 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Penkių javų kruopų košė | 25A | 200 | 10,8 | 6,8 | 29,6 | 222,8 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Arbata su pienu saldinta | 5G | 150 | 0,9 | 1,4 | 10,2 | 57 |
| Bananai | 3VA | 100 | 1,0 | 0,4 | 23,4 | 101,2 |
| Iš viso: | | | 12,7 | 12,8 | 63,2 | 418,8 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokelių sriuba (arba šaltibarščiai) | 4SR | 200 | 2,9 | 6,1 | 16,2 | 131,3 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Paukštienos file kukuliai (tausuojantis) | 43A | 70 | 15,6 | 11,5 | 6,1 | 190,3 |
| Garintų daržovių mišinys (morkos, žirnėliai, kalafiorai) | 20A | 70 | 1,0 | 7,9 | 10,6 | 117,5 |
| Perlinių kruopų košė | 4A | 70 | 1,1 | 0,5 | 18,0 | 80,9 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 22,5 | 28,0 | 75,3 | 643,2 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virtų bulvių apkepas su kiaulienos kumpio mėsa | 44A | 90/60 | 13,7 | 7,7 | 46,7 | 310,9 |
| Grietinė 30% | 2U | 20 | 0,5 | 6,0 | 0,5 | 58,0 |
| Arbata saldinta | 1G | 150 | 0,0 | 0,0 | 9,4 | 37,6 |
| Iš viso: | | | 14,2 | 13,7 | 56,6 | 406,5 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 49,4 | 54,5 | 195,1 | 1468,5 |

4 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Kukuruzų kruopų košė | 15A | 200 | 10,8 | 7,2 | 30,8 | 231,2 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Kakava su pienu ir cukrumi | 3G | 150 | 2,2 | 1,6 | 13,7 | 78,0 |
| Obuoliai | 1VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 32,8 |
| Iš viso: | | | 13,3 | 13,0 | 52,4 | 379,8 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|---------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Daržovių sriuba | 18SR | 200 | 4,8 | 4,0 | 12,93 | 106,92 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Žuvies (jūros lydeka) kukulis (tausuojantis) | 26A | 80 | 11,9 | 11,4 | 9,7 | 189,0 |
| Bulvių košė | 6A | 100 | 1,7 | 1,0 | 20,0 | 95,8 |
| Burokelių salotos su aliejumi | 5SA | 60 | 0,6 | 4,3 | 6,5 | 67,1 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 20,9 | 22,7 | 73,53 | 582,02 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Sklindžiai su obuoliais | 45A | 150 | 13,1 | 13,1 | 37,4 | 319,9 |
| Šaldytų uogų kompotas | 7G | 150 | 1,2 | 0,8 | 6,0 | 36,0 |
| Uogienė | 7U | 20 | 0,1 | 0,1 | 11,7 | 48,1 |
| Iš viso: | | | 14,4 | 14 | 55,1 | 404,0 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,6 | 49,7 | 181,03 | 1365,82 |

4 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išveiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virti makaronai | 31A | 200 | 8,2 | 5,4 | 35,6 | 223,8 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Tarkuotas fermentinis sūris | 9U | 15 | 4,3 | 3,8 | 0,0 | 51,4 |
| Kriaušės | 2VA | 80 | 0,3 | 0,0 | 7,9 | 31,6 |
| Arbata su cukrumi | 4G | 150 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 40,8 |
| Iš viso: | | | 12,8 | 13,4 | 53,7 | 386,6 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išveiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|---|---------|----------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Lęšių sriuba | 19SR | 200 | 3,2 | 5,0 | 15,0 | 117,8 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Omleto vyniotinis su malta kiauliena ir daržovių įdarų (tausuojantis) | 27A | 65/65/70 | 19,8 | 18,8 | 35,6 | 390,8 |
| Pomidorai | 3DA | 60 | 0,1 | 0,2 | 4,1 | 18,7 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 24,9 | 24,5 | 79,0 | 636,1 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išveiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Varškės apkepas | 14A | 120 | 12,5 | 9,1 | 38,6 | 286,3 |
| Saldus grietinės padažas su vanilė | 2P | 20 | 0,3 | 3,0 | 9,9 | 67,8 |
| Arbata su cukrumi ir citrina | 4G | 150 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 40,8 |
| Iš viso: | | | 12,8 | 12,1 | 58,7 | 394,9 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 50,5 | 50,0 | 191,4 | 1417,6 |

4 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška ryžių kruopų košė | 34A | 200 | 12,2 | 9,0 | 31,8 | 253,0 |
| Sviestas 82% | 1U | 5 | 0,0 | 4,2 | 0,0 | 37,8 |
| Arbata su cukrumi ir citrina | 4G | 150 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 40,8 |
| Bananai | 3VA | 80 | 0,9 | 0,3 | 18,9 | 81,9 |
| Iš viso: | | | 13,1 | 13,5 | 59,9 | 413,5 |

Pietūs 12,00 val.*

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g* | | | Energinė* vertė, kcal |
|--|---------|----------|------------------------------|-------------|--------------------|-----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Daržovių sriuba (brokolių) | 20SR | 200 | 2,8 | 4,2 | 17,8 | 120,2 |
| Grietinė 30% | 2U | 5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 | 14,3 |
| Duona ruginė tamsi | 1D | 30 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65,1 |
| Mėsos(kiaulienos kumpis) - pupelių, daržovių troškiny | 46A | 60/30/90 | 20,5 | 17,1 | 29,4 | 353,5 |
| Raugintų kopūstų salotos | 7SA | 50 | 0,1 | 2,5 | 4,4 | 40,5 |
| Sulčių gerimas | 2G | 150 | 0,2 | 0,2 | 10,3 | 43,8 |
| Iš viso: | | | 25,3 | 25,8 | 76 | 637,4 |

Vakarienė 15,30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška leistinių sriuba | 21SR | 200 | 8,2 | 6,0 | 17,7 | 157,6 |
| Bandelė | 8U | 50 | 3,9 | 6,6 | 35,2 | 215,8 |
| Iš viso: | | | 12,1 | 12,6 | 52,9 | 373,4 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 50,5 | 51,9 | 188,8 | 1424,3 |

