

Klaipėdos r. Kretingalės pagrindinė mokykla

20 DIENŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

(pavasario–vasaros sezonas, 2023 m.)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.30 iki 17.00 val.

TVIRTINU

Direktore


Jurgita Alcauskiene

Sudarė:

Vyr. virėja


Zinaida Vasiliauskiene



KLAIPĖDOS R. KRETINGALĖS PAGRINDINĖ MOKYKLA

Biudžetinė įstaiga, Klaipėdos g. 32, Kretingalė, 96330 Klaipėdos r. ,
tel. (8 46) 446416, el. p. info@kretingalespm.lt, www.kretingale.klaipeda.lm.lt.
Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 191790854

PRIEDAS

Lentelė Nr. 1

Patiekalo pavadinimas	Maisto produktų grupė
Trinta morkų sriuba su skrebučiais	Augalinis
Barščių sriuba	Augalinis
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis	Augalinis
Daržovių sriuba su pupelėmis	Augalinis
Kopūstų sriuba	Augalinis
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis	Augalinis
Žirnių sriuba	Augalinis
Burokėlių sriuba su pupelėmis	Augalinis
Agurkinė	Augalinis
Ukranietiškų barščių sriuba	Augalinis
Rūgštynių sriuba	Augalinis
Pomidorų ir raudonųjų lęšių sriuba	Augalinis
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais	Augalinis
Morkų ir kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi	Augalinis
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais	Augalinis
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais	Augalinis
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos	Augalinis
Ridikėlių ir šv. agurkų salotos	Augalinis
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė	Augalinis
Špinatų ir pomidorų salotos	Augalinis
Pomidorų ir agurkų salotos	Augalinis
Pomidorų salotos su jogurtine grietine	Augalinis
Morkų salotos	Augalinis
Burokėlių salotos su obuoliais	Augalinis
Kopūstų salotos su morkomis	Augalinis
Cukinių, agurkų ir morkų salotos	Augalinis
Morkų ir obuolių salotos su jogurtine grietine	Augalinis

Lentelė Nr. 2

Patiekalo pavadinimas	Gamybos būdas
Plovas	Tausojantis (konvekinė krosnis, troškinta)
Paukštienos šnicelis	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Vištienos filė grietinėlės padaže	Tausojantis (torškintas)
Žuvies piršteliai	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Viso grūdo makaronai su vištiena	Tausojantis (virtas vandenyje)
Netikras zuikis	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Balandėliai	Tausojantis (torškintas)
Guliašas	Tausojantis (torškintas)
Jautienos kukuliai	Tausojantis (torškintas)
Jautienos troškiny su moliūgais	Tausojantis (torškintas)
Varškės apkepas	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Kiaulienos kepsnys	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Traški vištienos filė su seamu	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Kalakutienos troškiny su daržovėmis	Tausojantis (torškintas)
Kalakutienos filė kotletukukai	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Kiaulienos kumpio kotletai	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Troškinta jautiena su morkomis	Tausojantis (torškintas)
Kalakutienos filė karbonadas	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Vištienos šlaunelių suktinukai	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Kepta garais lašiša	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Makaronai su troškintos mėsa	Tausojantis (Virtas vandenyje, torškintas)
Kiaulienos zrazai	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Kepta orkaitėje lydeka	Tausojantis (konvekinė krosnis)
Tradiciniai virti varškėtukai	Tausojantis (virtas vandenyje)

I savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 10.50 ²² ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta morkų sriuba su skrebučiais	2/5	150	2,92	2,31	21,62	113,84
Plovas su kiauliena	3/1	120/110	24,02	20,48	39,75	442,82
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais	16/1	70	1,39	3,42	10,37	71,32
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			30,1	26,83	93,99	804,92

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta morkų sriuba su skrebučiais	2/5	150	2,92	2,31	21,62	113,84
Jautienos kukuliai su brokoliais ir obuoliais	12-7/143T	110	17,73	3,16	4,53	117,52
Bulvių morkų košė	4-3/62T	100	1,73	1,27	12,36	67,83
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais	16/1	70	1,39	3,42	10,37	71,32
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Grietinės – pomidorų padažas	4/1	25	0,59	4,33	2,31	50,41
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			26,1	15,11	73,44	597,86

Sudarė: Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčiauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta morkų sriuba su skrebučiais	2/5	150	2,92	2,31	21,62	113,84
Virti tradiciniai varškėčiai	7-3/60T	140	18,09	8,5	42,29	318,37
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos šaldytos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			23,62	13,39	87,15	542,65

Sudarė:


 Vyr. virėja
 Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:


 Direktorė
 Jūratė Alčauskienė

1 savaitė
Antradienis

Maitinimas 10,50 iki 12,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba	1/1	150	1,5	5,19	11,15	92,94
Paukštiesos šnicelis	57/4	100	20,72	18,2	8,32	278,69
Morkų ir kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi	2-1/4A	70	3,37	8,01	6,59	112,03
Šv. Agurkų griežinėliai	27/1	80	0,64	0,16	1,84	8,8
Bulvių košė	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Sviesto – grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Vanduo su apelsiniais	169/3	150	0,06	0,01	0,88	3,44
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			30,09	48,46	63,31	788,49

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba	1/1	150	1,5	5,19	11,15	92,94
Jautienos troškiny su moliūgais	12-5/100T	120	21,99	14,06	5,58	236,93
Biri grikių košė	5/1	100	5,67	4,12	31,18	181,85
Morkų ir kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi	2-1/4A	70	3,37	8,01	6,59	112,03
Šv. Agurkų griežinėliai	27/1	80	0,64	0,16	1,84	8,8
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
Iš viso:			34,44	32,06	76,54	624,43

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alkauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba	1/1	150	1,5	5,19	11,15	92,94
Tradicinis varškės apkepas	85/3	200	29,93	18,9	38,18	412,6
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos šaldytos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
Vanduo su apelsiniais	169/3	150	0,06	0,01	0,88	3,44
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			33,44	26,67	72,57	615,98

Sudarė:


 Vyr. virėja
 Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:


 Direktoriė
 Jurgita Alčauskienė

1 savaitė
Trečiadienis

Maitinimas 10.50 iki 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis	1-3/24AT	150	3,92	3,33	15,13	106,23
Vištienos filė grietinėlės padaže	97/4	100/20	22,83	24,14	6,1	334,43
Biri ryžių košė	3-3/36AT	100	2,53	2,17	27,42	139,4
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais	29/4	70	0,76	6,74	2,37	70,5
Morkų salotos	25/4	70	0,67	6,88	6,35	81,9
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
Iš viso:			31,98	43,78	77,57	810,9

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis	1-3/24AT	150	3,92	3,33	15,13	106,23
Kiaulienos kepsnys	4	100	18,1	9,66	5,6	192,52
Virtos bulvės	1/4	90	1,9	0,09	17,42	77,25
Sviesto – grietinės padažas	5/1	25	0,43	12,09	0,56	112,71
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais	29/4	70	0,76	6,74	2,37	70,5
Morkų salotos	25/4	70	0,67	6,88	6,35	81,9
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
Iš viso:			27,05	39,31	67,63	719,55

Sudarė: Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčiūskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis	1-3/24AT	150	3,92	3,33	15,13	106,23	
Lietiniai blynai su varške	6-8/163TV10N	300	25,91	25,86	58,72	571,32	
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24	
Trintos šaldytos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8	
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	
			Iš viso:	31,84	31,77	97,09	787,99

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė

I savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas 10.50 iki 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su pupelėmis	4/4	150	2,5	2,66	11,38	73,6
Kiaulienos guliašas	1/1	120	23,99	15,22	6,67	260,39
Kvietiniai ir viso grūdo makaronai	113/4	100	7,12	9,46	41,93	285,6
Šv. pomidorai	48/2	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Šv. agurkai	27/1	80	0,64	0,16	1,84	8,8
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
Iš viso:			36,02	28,12	84,07	715,33

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su pupelėmis	4/4	150	2,5	2,66	11,38	73,6
Traški vištienos filė su sezamu (tausojantis)	10-8/164TGP	100	23,17	15,42	8,39	265,07
Bulvių košė	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Šv. pomidorai	48/2	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Šv. agurkai	27/1	80	0,64	0,16	1,84	8,8
Morkų, svogūnų ir česnakų padažas	14-6/120A	25	0,32	1,79	2,35	26,8
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
Iš viso:			30,48	26,9	60,76	583

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktore
Jurgita Alžauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su pupelėmis	4/4	150	2,5	2,66	11,38	73,6
Varškės apkepas	85/3	200	29,93	18,9	38,18	412,6
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos šaldytos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
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
Iš viso:			34,44	24,14	72,8	596,64

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:


 Direktoriė
 Jurgita A. Vasiliauskienė

I savaitė
Penktadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba	6/1	150	1,13	4,1	7,81	70,16
Žuvies piršteliai	42/4	100	18,47	3,56	12,8	153,65
Bulvių košė	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Sviesto grietinės padažas	5/1	25	0,43	12,09	0,56	112,71
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais	100/4	75	1,28	4,1	3,32	48,82
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			25,1	34,46	64,16	680,63

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba	6/1	150	1,13	4,1	7,81	70,16
Kalakutienos troškiny su daržovėm (tausojantis)	10-5/103T	140	22,09	5,35	8,53	170,63
Griekiai	5/1	100	5,67	4,12	31,18	181,85
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais	100/4	75	1,28	4,1	3,32	48,82
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			31,88	22,03	75,96	644,96

Sudarė: Vyr. virėja
Zinaida Vasiliuskienė

Tvirtina:

Direktorei
Merai
Jurgite Meauskaitienei

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba	6/1	150	1,13	4,1	7,81	70,16
Varškės blynėliai	7-6/100V 10S	100	12,86	13,33	16,08	235,69
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
Vanduo su apelsiniais	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			15,94	23,75	50	502,85

Sudarė:


Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:


Direktorė
Jurgita Alcauskienė

2 savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietuviški šaltibarščiai	1/1	150	4,18	4,07	6,22	79,14
Virtos bulvės	1/4	90	1,9	0,09	17,42	77,25
Kepta su garais kalakutienos filė kotletukai čiobreliais ir raudonėliais	10-7/140T	120	28,08	1,284	3,0576	137,274
Sviesto- grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	50	0,48	1,63	3,11	29,05
Ridikėlių ir šv. Agurkų salotos	132/4	50	0,39	5,87	1,6	57,69
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
Iš viso:			36,78	23,604	51,8476	552,754

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietuviški šaltibarščiai	1/1	150	4,18	4,07	6,22	79,14
Bulvių košė	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Kiaulienos kepsnys	4	100	18,1	9,66	5,6	192,52
Sviesto- grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	50	0,48	1,63	3,11	29,05
Ridikėlių ir šv. Agurkų salotos	132/4	50	0,39	5,87	1,6	57,69
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
Iš viso:			26,98	38,14	51,52	652,54

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietuviški šaltibarščiai	1/1	150	4,18	4,07	6,22	79,14
Virtos bulvės	1/4	90	1,9	0,09	17,42	77,25
Virti tradiciniai varškėčiai	7-3/60T	140	18,09	8,5	42,29	318,37
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
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
Iš viso:			26,15	15,25	88,75	583,31

Sudarė:
Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėnuskienė

2 savaitė
Antradienis

Maitinimas 10.50 iki 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis	147/4	150	2,26	3,31	14,89	92,3
Viso grūdo duona	172/4	15	1,33	0,43	7,06	37,5
Viso grūdo makaronai su vištiena	2/6	200	13,92	25,12	30,07	408,88
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė	2-1/13AGPPcVVg	100	1,1	0,35	4,9	27,15
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
Iš viso:			19,9	29,74	76,7	642,38

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis	147/4	150	2,26	3,31	14,89	92,3
Viso grūdo duona	172/4	15	1,33	0,43	7,06	37,5
Orkaitėje kepti kiaulienos kumpio kotletai	11-8/165T 10	100	22,977	8,884	7,902	203,476
Grikių	5/1	100	5,67	4,12	31,18	181,85
Sviesto – grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė	2-1/13AGPPcVVg	100	1,1	0,35	4,9	27,15
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
Iš viso:			35,1	27,754	86,372	714,626

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis	147/4	150	2,26	3,31	14,89	92,3
Viso grūdo duona	172/4	15	1,33	0,43	7,06	37,5
Kepti varškėčiai su viso grūdo miltais	7-8/166T	200	30,14	15,17	53,04	469,31
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
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
Iš viso:			35,7	21,5	97,81	707,66

Sudarė:

Vyr. virėja
Jurga Alčauskienė



Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė



2 savaitė
Trečiadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

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	2,85	8,58	16,36	148,2
Žuvies piršteliai	42/4	100	18,47	3,56	12,8	153,65
Bulvių košė	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Sviesto – grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Šv. pomidorai	48/2	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Konservuoti žirneliai	34/1	50	3,2	0,2	8,5	35
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			29,32	33,18	80,04	736,44

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	2,85	8,58	16,36	148,2
Troškinta jautiena su morkomis ir porais	12-5/102T	120	20,74	4,836	5,82	149,77
Ryžiai	3-3/36AT	100	2,53	2,17	27,42	139,4
Šv. pomidorai	48/2	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Konservuoti žirneliai	34/1	50	3,2	0,2	8,5	35
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			31,53	20,246	85,27	654,37

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	2,85	8,58	16,36	148,2
Tradicinis varškės apkepas	85/3	200	29,93	18,9	38,18	412,6
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			34,73	33,8	80,65	757,8

Sudarė:

Vyr. virėja

J. Alauskienė

Tvirtina:

Direktorė

Jurgita Alauskienė

2 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas 10.50 iki 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba	7/4	150	3,36	4,52	12,31	98,01
Kiaulienos guliašas	1/1	120	23,99	15,22	6,67	260,39
Virtos bulvės	1/4	90	1,9	0,09	17,42	77,25
Pekino kopūstų salotos su agurk. Ir pomidorais	29/4	70	0,76	6,74	2,37	70,5
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			31,75	27,2	60,6	591,2

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba	7/4	150	3,36	4,52	12,31	98,01
Orkaitėje keptas kalakutienos filė karbonadas	108/1176TGP 10N	100	22,74	3,65	17,81	195,02
Makaronai	113/4	80	4,75	7,4	27,96	200,32
Pekino kopūstų salotos su agurk. Ir pomidorais	29/4	70	0,76	6,74	2,37	70,5
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			33,35	22,94	82,28	648,9

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba	7/4	150	3,36	4,52	12,31	98,01
Virti tarkuotų ir virtų bulvių cepelinai su varškės (9%) įdaru	7-3/56 10	200	12,818	6,482	30,488	231,57
Sviesto- grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
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
Iš viso:			17,928	21,662	63,238	501,93

Sudarė:

Tvirtina:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Direktore
Jurgita Alžauskienė

2 savaitė
Penktadienis

Maitinimas 10.50 iki 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Dražovių sriuba su pupelėmis	4/4	150	2,5	2,66	11,38	73,6
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais	11-5/102T	100	17,721	10,257	0,4725	182,098
Grikių	5/1	100	5,67	4,12	31,18	181,85
Morkų salotos	25/4	70	0,67	6,88	6,35	81,9
Konservuoti žirneliai	34/1	50	3,2	0,2	8,5	35
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			30,971	28,377	80,9525	719,448

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Dražovių sriuba su pupelėmis	4/4	150	2,5	2,66	11,38	73,6
Kepti su garais vištienos šlaunelių mėsos suktinukai (tausojantis)	10-7/147T 10	200	3,836	2,408	7,952	68,834
Bulvių košė	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Sviesto- grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Morkų salotos	25/4	70	0,67	6,88	6,35	81,9
Konservuoti žirneliai	34/1	50	3,2	0,2	8,5	35
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			14,006	32,788	72,462	641,924

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Dražovių sriuba su pupelėmis	4/4	150	2,5	2,66	11,38	73,6
Mieliniai lietiniai blynai su varškės ir persikų įdaru	6-6/132TV 10 N	200	17,98	21,24	42,86	434,5
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			22,43	30,22	80,35	705,1

Sudarė:
Jungita Alauskienė

Tvirtina:

Direktore
Jungita Alauskienė

3savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 10.50 iki 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis	1-3/25AT	150	2,63	3,24	1,49	99,1
Plovas su kiauliena	3/1	120/80	20,87	17,8	34,53	385,06
Morkų ir kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi	2-1/4A	70	3,37	8,01	6,59	112,03
Šv. Pomidorai	48/2	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			28,61	29,68	64,44	681,24

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis	1-3/25AT	150	2,63	3,24	1,49	99,1
Bulvių košė	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Kepta su garais kalakutienos filė kotletukai čiobreliais	10-7/140T	120	28,08	1,284	3,0576	137,274
Sviesto – grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Morkų ir kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi	2-1/4A	70	3,37	8,01	6,59	112,03
Šv. Pomidorai	48/2	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			38,41	29,544	48,1776	651,044

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis	1-3/25AT	150	2,63	3,24	1,49	99,1
Varškės apkepas	85/3	200	29,93	18,9	38,18	412,6
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
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
Iš viso:			31,91	21,49	61	521,15

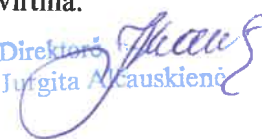
Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė



Tvirtina:

Direktorė
Jurgita A. Causkienė



3savaitė
Antradienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba	6/1	150	1,13	4,1	7,81	70,16
Grikių	5/1	100	5,67	4,12	31,18	181,85
Jautienos guliašas	1/1	120	23,99	15,22	6,67	260,39
Špinatų ir pomidorų salotos	101/4	45/5	0,65	4,94	2,04	51,35
Ridikėlių ir šv. Agurkų salotos	132/4	50	0,39	5,87	1,6	57,69
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
Iš viso:			33,07	34,78	69,08	697,99

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba	6/1	150	1,13	4,1	7,81	70,16
Ryžiai	3-3/36AT	100	2,53	2,17	27,42	139,4
Kepta garais lašiša	9-7/145T	110	18,8694	24,9095	0,5522	301,697
Špinatų ir pomidorų salotos	101/4	45/5	0,65	4,94	2,04	51,35
Ridikėlių ir šv. Agurkų salotos	132/4	50	0,39	5,87	1,6	57,69
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
Iš viso:			24,809	42,5195	59,2022	696,847

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba	6/1	150	1,13	4,1	7,81	70,16
Kepti varškėčiai su viso grūdo miltais	7-8/166T	200	30,14	15,17	53,04	469,31
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
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
Iš viso:			33,25	21,86	83,67	648,02

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė



Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alauskienė



3savaitė
Trečiadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais	4/4	150	2,73	3,91	13,92	99,1
Virtos bulvės	1/4	90	1,9	0,09	17,42	77,25
Paukštiesenos šnicelis	57/4	100	20,72	18,2	8,32	278,69
Sviesto- grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	50	0,48	1,63	3,11	29,05
Šv. agurkai	27/1	80	0,64	0,16	1,84	8,8
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			28,19	38,38	68,34	753,69

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais	4/4	150	2,73	3,91	13,92	99,1
Perlinių kruopų košė	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais	11-5/102T	100	17,721	10,257	0,4725	182,098
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	50	0,48	1,63	3,11	29,05
Šv. Agurkai	27/1	80	0,64	0,16	1,84	8,8
Kefyras	169/3	150	169/3	3,75	3,75	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			24,86	26,467	56,9625	605,838

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais	4/4	150	2,73	3,91	13,92	99,1
Virti varškėtukai	7-3/60T	140	18,09	8,5	42,29	318,37
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
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
Iš viso:			22,8	15	79,03	526,02

Sudarė: *Vir. virėja*
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktore
Jurgita Alčauskienė

3savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas 10.50 ir 1d.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė	6/4	150	1,39	4,15	10,91	83,54
Virtos bulvės su krapais (augalinis) (tausojantis)	4-3/59AT 10	90	1,9	0,09	17,42	77,25
Kalakutienos troškiny su daržovėm (tausojantis)	10-5/103T	140	22,09	5,35	8,53	170,63
Pomidorų ir agurkų salotos	8/5	60	0,5	7,32	2,27	72,97
Kopūstų salotos	50	9/5	0,71	2,99	2,89	37,01
Vanduo su apelsiniais	169/3	150	0,06	0,01	0,88	3,44
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			27,86	20,42	62,22	519,84

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė	6/4	150	1,39	4,15	10,91	83,54
Grikių	2/1	100	2,08	6,25	14,55	121,79
Kiaulienos kepsnys	4	100	18,1	9,66	5,6	192,52
Sviesto- grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
Pomidorų ir agurkų salotos	8/5	60	0,5	7,32	2,27	72,97
Kopūstų salotos	50	9/5	0,71	2,99	2,89	37,01
Vanduo su apelsiniais	169/3	150	0,06	0,01	0,88	3,44
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			24,56	41,02	57,08	682,07

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė	6/4	150	1,39	4,15	10,91	83,54
Lietiniai blynai su varške	6-8/163TV10N	300	25,91	25,86	58,72	571,32
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
Vanduo su apelsiniais	169/3	150	0,06	0,01	0,88	3,44
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75
Iš viso:			29,31	32,59	92,87	765,3

Sudarė virėja
Zinaida Vasišauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alšauskienė

3savaitė
Penktadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba	170/4	150	1,74	2,14	9,33	57,1
Varškės apkepas	85/3	200	29,93	18,9	38,18	412,6
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2	0,86	24
Trintos uogos	119/4	20	0,14	0,06	2,18	8
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
Iš viso:			33,65	23,63	70,33	578,25

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba	170/4	150	1,74	2,14	9,33	57,1
Virti makaronai su troškintos mėsos ir grietinės padažu (tausojantis)	3	200	15,08	16,43	37,5	361,28
šv. Agurkų griežinėliai	27/1	80	0,64	0,16	1,84	8,8
Morkų salotos	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			19,2	19,36	70,5	512,23

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba	170/4	150	1,74	2,14	9,33	57,1
Žemaičių blynai	273.1	260	16	34	58	625
Sviesto- grietinės padažas	5/1	25	0,51	10,13	0,66	95,8
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
Iš viso:			19,49	46,8	87,77	854,45

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė



Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alcauskienė



4 savaitė
Pirmadienis

Maitinimas val 10.50 ir 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai	9/4	150	1,12	4,06	7,67	67,91
Vištienos filė grietinėlės padaže	97/4	100/20	22,83	24,14	6,10	334,43
Grikiai	5/1	100	5,67	4,12	31,18	181,85
Pomidorų salotos su jog.grietine	2-1/15	70	1,2	0,47	3,01	21,10
Morkų salotos	25/4	70	0,67	6,88	6,35	81,90
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:			32,73	40,2	74,09	763,74

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai	9/4	150	1,12	4,06	7,67	67,91
Orkaitėje kepti kiaulienos kumpio kotletai (tausojantis)	11-8/165T 10	100	22,97	8,88	7,90	203,47
Bulvių košė	2/1	100	2,06	3,77	14,53	99,47
Pomidorų salotos su jog.grietine	2-1/15	70	1,2	0,47	3,01	21,10
Morkų salotos	25/4	70	0,67	6,88	6,35	81,90
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:			29,26	24,59	59,24	550,04

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai	9/4	150	1,12	4,06	7,67	67,91
Varškės apkepas	85/3	200	29,93	18,19	35,18	412,60
Jog. grietine	60/4	20	0,6	2,00	0,86	24,00
Trintos šaldytos uogos	119/4	50	0,35	0,15	25,4	99,00
Arbata 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:			33,24	24,93	88,89	680,06

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alcauskienė

4 savaitė
Antradienis

Maitinimas val 10.50 ir 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba	1-3/29AT	150	1,02	1,62	8,62	53,17
Balandėliai	11-5/114T 10	249	14,27	8,152	22,64	222,31
Grietinės ir pomidorų padažas	4/1	25	0,59	4,33	2,31	50,41
Virtos bulvės	1/4	90	1,9	0,09	17,42	77,25
Burokėlių salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejum	2-3/63A	90	0,88	8,87	9,11	119,88
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			20,43	23,682	82,35	609,96

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba	1-3/29AT	150	1,02	1,62	8,62	53,17
Jautienos guliašas	1/1	120	23,99	15,22	6,67	260,39
Kvietiniai ir pilno grūdo makaronai	113/4	100	7,12	9,46	41,93	285,60
Burokėlių salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejum	2-3/63A	90	0,88	8,87	9,11	119,88
Konservuoti agurkai	31/1	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			34,78	35,79	88,58	805,98

Sudarė: Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktore
Jurgita Alcauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba	1-3/29AT	150	1,02	1,62	8,62	53,17
Kepti varškėčiai su viso grūdo kviet miltais	7-8/166T	200	30,14	15,17	53,04	469,31
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,60	2,00	0,86	24,00
Trintos šaldytos uogos	119/4	50	0,35	0,15	25,4	99,00
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
		Iš viso:	33,38	19,46	108,12	723,92

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktore
Jurgita Alcauskienė

4 savaitė
Trečiadienis

Maitinimas val. 10.50 ir 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė	6/4	150	1,39	4,15	10,91	83,54
Kepti su garais kiaulienos zrazai	11-7/144T 10	100	16,72	9,83	6,80	182,51
Grikliai	5/1	100	5,67	4,12	31,18	181,85
Grietinės ir pomidorų padažas	4/1	25	0,59	4,33	2,31	50,41
Špinatų pomidorų salotos	101/4	45/5	0,65	4,94	2,04	51,35
Kopūstų salotos su morkomis	10/5	80	1,12	9,41	5,34	102,13
Kefyras	169/3	150	5,10	3,75	7,35	90
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75,00
Iš viso:			32,45	41,04	82,25	816,79

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė	6/4	150	1,39	4,15	10,91	83,54
Vištienos plovai	10-5/111T	180	22,08	10,32	29,03	297,36
Špinatų pomidorų salotos	101/4	45/5	0,65	4,94	2,04	51,35
Kopūstų salotos su morkomis	10/5	80	1,12	9,41	5,34	102,13
Kefyras	169/3	150	16,72	9,83	6,80	182,51
Vaisiai	48/4	150	1,21	0,51	19,32	75,00
Iš viso:			43,17	39,16	73,44	791,89

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė	6/4	150	1,39	4,15	10,91	83,54
Apkepas su bananais	7-8/170T	200	22,74	14,76	34,76	362,88
Jogurtinė grietinė	60/4	20	0,6	2,00	0,86	24,00
Trintos uogos su cukrumi	119/4	50	0,35	0,15	25,4	99,00
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:			26,32	21,59	91,71	645,97

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė



Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė



4 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas val. 10.50 ir 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba su skrebučiais	90/4	150	2,85	8,58	16,36	148,20
Kepta orkaitėje lydeka	9-7/144T	110	20,75	0,389	0,13	87,01
Ryžiai	3-3/36AT	100	2,53	2,17	27,42	139,40
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos	2-1/16A	75	0,82	1,69	5,15	39,14
Šv. Pomidorai	48/2	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			28,72	13,449	71,31	500,69

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba su skrebučiais	90/4	150	2,85	8,58	16,36	148,20
Kiaulienos kepsnys	4	100	18,1	9,66	5,60	192,52
Bulvių košė	2/1	100	2,06	3,77	14,53	99,47
Sviesto – grietinės padažas	5/1	25	0,43	12,09	0,56	112,71
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos	2-1/16A	75	0,82	1,69	5,15	39,14
Šv. Pomidorų skiltelės	48/2	50	0,5	0,1	2,05	8,5
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
Iš viso:			26,03	36,41	64,45	678,98

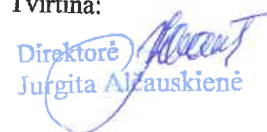
Sudarė:

Vyr. virėja
Zita Vasiliauskiene



Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alzauskienė



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba su skrebučiais	90/4	150	2,85	8,58	16,36	148,20
Cukinių ir bulvių plokštainis	2-1/16A	150	1,51	3,14	9,58	72,68
Sviesto-grietinės padažas	5/1	25	0,43	12,09	0,56	112,71
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
Iš viso:			6,06	24,33	46,7	448,03

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė



Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alcauskienė



4 savaitė
Penktadienis

Maitinimas val. 10.50 ir 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorų ir raudonųjų lęšių sriuba	129/4	150	9,1	2,09	23,65	138,03
Kalakutienos krūtinėlės troškiny su daržovėmis	10-5/103T	180	28,11	6,81	10,85	217,17
Ryžiai	3-3/36AT	100	2,53	2,17	27,42	139,40
Šv. Agurkų ir rikėlių salotos	132/4	80	0,61	9,38	2,54	92,29
Morkų ir obuolių salotos su jogurtine grietine	2-1/12	90	1,77	0,65	7,98	43,83
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:			43,36	21,63	92,22	710,87

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	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	18/1	100	20,83	11,12	8,27	218,71
Virtos bulvės	1/4	100	2,12	0,1	19,39	85,86
Grietinės ir pomidorų padažas	4/1	25	0,59	4,33	2,31	50,41
Šv. Agurkų ir rikėlių salotos	132/4	80	0,61	9,38	2,54	92,29
Morkų ir obuolių salotos su jogurtine grietine	2-1/12	90	1,77	0,65	7,98	43,83
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:			36,26	28,2	83,92	705,68

Sudarė: Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskiene

Tvirtina:
Direktore
Jurgita Alauskiene

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	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	23,68	138,03
Orkaitėje kepti varškėčiai	7-8/178T	200	34,14	20,61	41,18	486,80
Jog. grietinė	60/4	20	0,60	2,00	0,86	24,00
Trintos šaldytos uogos	119/4	50	0,35	0,15	25,40	99,00
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:			45,43	25,38	110,9	824,38

Sudarė:

Vyr. virėja
Zinaida Vasiliauskienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alšauskienė