

Klaipėdos r. Kretingalės pagrindinė mokykla

20 DIENŲ NEMOKAMO MAITINIMO PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

6–10 METŲ

2023 m.

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.30 iki 17 val.

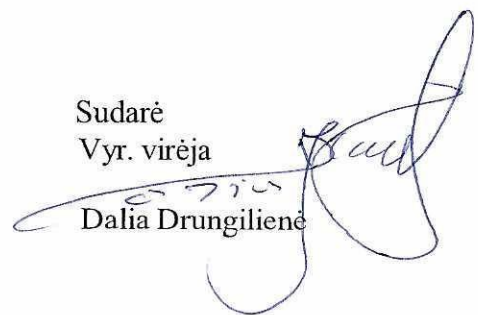
TVIRTINU

Direktorė


Jurgita Alčiauskienė

Sudarė

Vyr. virėja


Dalia Drungilienė

I 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	
Daržovių sriuba su pupelėmis A	4/4	150	2.36	3.73	10.9	81.93
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	65.52
Plovas su kiauliena T (1)	3/1	120/80	20.85	17.8	34.24	383.45
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais	15/1	70	1.39	6.79	10.61	101.72
Agurkai (arba konservuoti agurkai pagal sezoniškumą)	31/1	50	0.5	0.1	2.05	8.5
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
Iš viso:			27	29.04	80.05	662.54

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė

I savaitė
Antradienis

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	
Barščių sriuba A	1/1	150	1.39	4.07	11	81.79
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.52
Vištienos šnicelis T (3)	57/4	80	18.05	15.71	6.41	237.77
Biri grikių kruopų košė (1, 7)	5/1	80	4.54	2.75	24.94	140.52
Cukinijų lazdelės A	148/4	50	0.6	0.05	1.7	8
Kopūstų salotos su morkomis A	10/5	60	0.84	7.06	4.01	76.6
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:			28.91	30.88	80.03	685.64

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

I savaitė
Trečiadienis

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	
Žirnių sriuba	7/4	150	3,38	4,84	12,34	101,28
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.7	62.52
Vištienos filė grietinėlės padaže T (7)	97/4	100	20.94	22.14	5.6	306.59
Ryžiai (1,7)	3-3/36AT	80	2.02	1.736	21.94	111.52
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais A	29/4	50	0.59	4.89	1.74	50.41
Vanduo su apelsiniais	136/4	150	0.06	0.01	0.88	3.44
Vaisiai	48/4	150	1.21	0.51	19.32	75
Iš viso:			30.42	34.85	73.59	710.76

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alšauskienė

I savaitė
Ketvirtadienis

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	
Trinta morkų sriuba su skrebučiais A (1,7)	2/5	150	2.54	2.35	18.83	101.76
Jautienos guliašas T (1, 7)	1/1	80	16.01	10.16	4.45	173.6
Bulvių košė su moliūgais (7)	2/1	80	1.62	3.74	12.09	88.04
Pomidorų ir agurkų salotos A	8/5	60	0.5	7.32	2.27	72.97
Kopūstų salotos A	9/5	80	1.13	4.78	4.61	59.21
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:			23	28.87	62.45	574.02

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alšauskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

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 (7)	6/1	150	1.13	4.1	7.81	70.16
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.7	62.52
Žuvies piršteliai T (1,3,4,7)	42/4	90	16.66	3.22	11.23	136.52
Biri perlinių kruopų košė (1,7)	113/4	80	2.59	3.11	19.86	112.24
Sviesto - grietinės padažas (7)	5/1	20	0.35	9.68	0.45	90.17
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais A	100/4	75	1.28	4.1	3.32	48.82
Agurkai (arba konservuoti agurkai pagal sezoniškumą)	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
Iš viso			26	25.55	76.62	607.37

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėuskienė

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	
Vištienos kepsnys T (3)	KR 08	80	14.03	12.91	0.59	165.22
Virtos bulvės	1/4	90	1.9	0.09	17.42	77.25
Sviesto - grietinės padažas (7)	5/1	20	0.35	9.68	0.45	90.17
Kopūstų ir porų salotos A	6/1	50	0.58	7.35	3.72	78.11
Pomidorų ir agurkų salotos A	8/5	60	0.5	7.32	2.27	72.97
Kefyras (7)	169/3	150	5.1	3.75	3.75	90
Vaisiai	48/4	150	1.21	0.51	19.32	75
Iš viso			23.66	31.92	47.52	648.72

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėuskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

2 savaitė

Antradienis

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	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis A (1,7)	147/4	150	2.26	3.31	14.89	92.3
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.7	62.52
Viso grūdo makaronai su vištiena T (1,7)	88/4	180	12.46	20.21	29.58	349.37
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė A	-1/13AGPPcVV	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			19.22	24.4	69.15	545.37

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėšauskienė

2 savaitė
Trečiadienis

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	
Trinta brokolių sriuba su skrebučiais A (1,7)	90/4	150	2.85	8.58	16.36	148.2
Virti varškėčiai T (1, 3, 7)	7-3/60T	140	17.73	8.36	41.45	312.01
Jogurtinė grietinė (7)	60/4	20	0.6	2	0.86	24
Trintos uogos (šviežios arba šaldytos pagal sezoniškumą)	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			23	19.52	81.05	570.65

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėšauskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

2 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba A	7/4	150	3.36	4.52	12.31	98.01
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.7	62.52
Netikras zuikis (kiaulienos gaminys) T (1, 3,7)	18/1	80	16.68	8.9	6.34	173.36
Makaronai (pilno grūdo) (1, 7)	113/4	80	4.75	7.4	27.96	200.32
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais A	29/4	70	0.76	6.74	2.37	70.5
Žali žirneliai (konservuoti)	34/1	50	3.2	0.2	8.5	35
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:			32.21	29.01	88.96	719.26

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėšauskienė

2 savaitė
Penktadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais A (1,7)	116/4	150	2.65	1.06	18.57	91.86
Kiaulienos guliašas T (1)	1/1	100	20	12,69	5.56	216,99
Biri grikių kruopų košė (1, 7)	5/1	80	4.53	3.29	24.94	145.48
Morkų salotos A	25/4	70	0.67	6.88	6.35	81.9
Agurkai (arba konservuoti agurkai pagal sezoniškumą)	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:			29,02	24,55	77,36	621,28

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėšauskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

3 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	
Burokėlių sriuba su pupelėmis A	6/1	150	1.13	4.1	7.81	70.16
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.50
Vištienos kepsnys T (3)	KR 08	80	14.024	12.91	0.59	165.22
Ryžiai (1,7)	5/1	80	4.53	3.29	24.94	145.48
Kopūstų salotos su morkomis A	10/5	70	0.71	5.89	3.35	63.84
Agurkai (arba konservuoti agurkai pagal sezoniskumą)	31/1	50	0.5	0.1	2.05	8.5
Sviesto- grietinės padažas (7)	5/1	20	0.35	9.68	0.45	90.17
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			24.73	27.53	70.72	560.41

Sudarė:

3 savaitė
antradienis

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė

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 A (7)	6/1	150	1.13	4.1	7.81	70.16
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.50
Grikių	5/1	80	4.54	3.29	24.94	145.48
Jautienos guliašas T (1,7)	1/1	100	20	12.69	5.56	216
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais A	29/4	70	0.76	6.74	2.37	70.5
Konservuoti žirneliai	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
Iš viso			29.43	28.63	72.36	639.18

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniame krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

3 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	
Daržovių sriuba su makaronais A (1,7)	4/4	150	2.73	3.91	13.92	99.1
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.50
Plovav (vištiena) (1,3)	126/4	100/70	15.63	15.86	26.16	311.51
Morkų salotos	25/4	50	0.48	4.92	4.54	58.5
Pomidorai	48/2	60	0.6	0.12	2.46	10.2
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:			22.6	25.25	78.63	618,36

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėnaskienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

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	
Agurkinė A	6/4	150	1.39	4.15	10.91	83.54
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.50
Bulvių košė (7)	1/4	80	1.67	2.72	11.64	76.8
Kepta laiša T (4)	9-7/145T	80	13.72	18.12	0.4	219.41
Pomidorų ir špinatų salotos A	8/5	60	0.5	7.32	2.27	72.97
Kopūstų salotos A	9/5	50	0.71	2.99	2.89	37.01
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:			21.45	36.55	61.72	628.78

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėnaskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

3 savaitė
Penktadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Žiedinių kopūstų sriuba (7)	170/4	150	1.74	2.14	9.33	57.2	
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.50	
Varškės apkepas (1,3,7)	85/3	180	26.95	16.37	31.67	371.34	
Jogurtinė grietinė (7)	60/4	20	0.6	2	0.86	24	
Trintos uogos (šviežios arba šaldytos pagal sezoniskumą)	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	32.89	21.82	75.59	599.59

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėnuskienė

4 savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Ukrainietiški barščiai (7)	9/4	150	1.12	4.06	7.67	67.91	
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.50	
Vištienos filė grietinėls padaže T (7)	97/4	100	20.94	22.14	5.6	306.59	
Biri grikių kruopų košė (1, 7)	5/1	80	4.53	3.29	24.94	145.48	
Pomidorų ir agurkų salotos A	8/5	60	0.5	7.32	2.27	72.97	
Morkų salotos A	25/4	50	0.48	4.92	4.54	58.5	
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	31.03	42.98	76.57	790.5

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėnuskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

4 savaitė
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	
Žirnių sriuba	7/4	150	3.38	4.84	12.34	101.28
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.50
Kiaulienos kepsnys T	AKMP-SMLPC-10E	80	12.22	11.29	3.61	165.03
Virtos bulvės	60/4	80	1.59	7.77	12.11	116.26
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais A	15/1	70	1.39	3.42	10.37	71.32
Morkų salotos A	25/4	50	0.48	4.92	4.54	58.5
Agurkai (arba konservuoti agurkai pagal sezoniškumą)	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:			21.63	33.59	76.57	659.94

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėšauskienė

4 savaitė
Trečiadienis

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	
Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais (1,7)	116/4	150	2.65	1.06	18.57	91.86
Paukštienos šnicelis T (1,3,7)	57/4	80	14.91	14.56	6.6	222.95
Makaronai (1)	60/4	80	5.69	7.57	33.54	228.48
Kopūstų salotos su morkomis A	10/5	70	0.99	8.24	4.67	89.38
Šv. Pomidorai A	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
Iš viso:			26	35.69	82	719.61

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alėšauskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

4 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba su skrebučiais A (1,7)	90/4	150	2.85	8.58	16.36	148.2
Lietiniai varške A (1,3,7)	6-8/163TV10N	200	17.27	17.24	39.15	380.88
Trintos uogos (šviežios arba šaldytos pagal sezoniškumą)	119/4	20	0.14	0.06	2.18	8
Jogurtinė grietinė (7)	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:			22.1	28.41	78.33	637.63

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė

4 savaitė
Penktadienis

Maitinimas 10.50 ir 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorų ir raudonųjų lešų sriuba A (6,9)	129/4	150	9.1	2.09	23.65	138.03
Pilno grūdo duona (1)	172/4	25	2.22	0.72	11.77	62.50
Netikras zuikis (maltos kiaulienos gaminys) T (1,3)	18/1	80	16.67	8.90	6.62	174.97
Virtos bulvės	60/4	80	1.59	7.77	12.11	116.26
Kopūstų ir porų salotos A	6/1	50	0.58	7.35	3.72	78.11
Morkų salotos A	25/4	50	0.48	4.92	4.54	58.5
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
Iš viso:			32.05	32.27	82.61	706.81

Sudarė:

Vyr. virėja
Dalia Drungilienė

Tvirtina:

Direktorė
Jurgita Alčauskienė

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniame krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.