PANEVĖŽIO LOPŠELIS-DARŽELIS „PASAKA“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4–7 metų amžiaus

Įstaigos darbo laikas
7.00–18.18

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (82 %)(tausojantis)	K-96	200/5	8,16	7,79	30,92	209,53
Duona su sviestu 82⁒		30/5	1,24	0,41	14,80	62,83
Vaisiai		100	0,16	0,16	5,20	21,20
Kmynų arbata		150	0,59	0,44	6,49	29,74
Iš viso:			10,15	8,80	57,41	323,30

Pietūs val. 11.50-12.20val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba	N23	200	3,20	1,60	6,82	63,37
Duonos skrebučiai	Š-1	30	2,22	0,39	0,50	65,10
Virtos pieniškos dešrelės paukštiena(pom.padažu)	Nr28	120/20	9,39	34,17	5,86	366,45
Bulvių košė	Nr.2	100	2,28	7,08	16,20	65,67
Šv.daržovės(pomidorai,gurkai)		60	0,50	0,11	1,74	8,55
Išviso:			17,59	43,35	31,12	569,14

Vakarienė val.15.30-15.55val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blyneliai su varške9 9⁒	76	150	16,28	17,43	54,32	225,33
Grietinė 30⁒		15	0,48	6,00	0,61	58,60
Uogienė		15	0,04		10,64	40,65
Vaisių kompotas be cukr.		150	0,15	0,15	20,56	50,98
Iš viso:			17,05	23,58	86,13	375,56
Iš viso(dienos davinio)			44,79	75,62	174,66	1268,00

Antradienis 1 sav

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr.košė su sviestu82%	A92	200/5/20	7,75	7,42	38,03	240,60
Traškučiai		20	1,16	1,76	10,94	53,60
Pienas 2,5%	G3	150	4,95	3,55	7,20	75,00
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			14,02	12,93	61,37	390,40

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g*			Energinė* vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sr.su mėsa	Sr10	200	3,12	5,77	23,44	134,81
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Kepta paukštiena (tausojantis)	22	80	18,33	6,38	0,70	153,98
Virti makaronai		100	4,07	5,48	27,83	180,30
šv.daržovės(pomid.agurkai brokolis)		100	2,20	2,00	18,50	75,00
Iš viso:			29,60	19,91	90,39	622,09

Vakarienė val.15.30-15.55val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su ryžiais	83	160	21,58	16,62	16,40	216,28
Grietinė30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
Šaldytos uogos(uogienė)		20	0,06		14,19	54,20
Vaisių kompotas be cukr.		150	0,15	0,15	20,56	50,98
Iš viso:			22,37	22,77	51,77	480,06
Iš viso (dienos davinio):			65,99	55,61	203,53	1492,55

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai	K37	160	9,16	8,32	28,96	129,46
Uogienė	7Š	20	2,39	2,28	12,80	48,23
Nat.jogurtas		100	0,40	1,50	4,50	60,00
Kakava su pienu 2,5%	G-1	150	3,64	2,76	10,45	79,08
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			15,75	14,86	61,91	337,97

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g*			Energinė* vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sr.(tausojanti)	Sr25	150	1,55	6,39	9,57	94,80
Duona su grūdais	Š1	20	1,25	0,19	13,28	52,00
Ryžiai su mėsa(plovas)	Nr.3	120/60	23,13	11,59	34,34	324,21
Šv.daržovės:pomidorai,agurkai,paprika	Nr.1	75	0,62	0,15	8,91	25,55
Išviso:			26,55	18,32	66,10	496,56

Vakarienė val.15.30-15.55val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos-apkeptos bulvės	52	160	4,94	8,45	28,39	205,61
Šv.daržovės(pomid.agurk.)		60	0,50	0,11	1,74	8,55
Grietinė 30%	G-1	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Rūgpienis	G-4	150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			11,02	18,31	38,10	362,76
Iš viso (dienos davinio)			53,32	51,49	166,11	1197,29

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sviestu (82%)(tausojantis)	9/62	160/5	7,09	8,95	37,63	278,04
Pomid.padažas	13	20	0,59	0,08	3,56	16,50
Šv.agurkai		25	0,68		0,30	3,84
Vaisinė arbata		150	-	-	14,97	44,44
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			8,52	9,03	61,66	364,02

Pietūs val. 11.50-12.20val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojanti)	S15	150	1,29	10,02	6,60	128,37
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Kepta viščiuko blauzdelė(t)	163	130	20,37	12,72	0,4	259,60
Bulvių-morkų košė	16	80	1,67	1,71	12,24	68,85
Švieži pomidorai,kons.agurkai,šv. agurkai	G29	75	0,62	0,15	8,91	25,55
Iš viso:			25,83	24,88	48,07	560,37

Vakarienė val.15.30-15.55val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	81	150	18,82	15,59	15,80	269,00
Šv.uogos (pagal sezoną)		60	0,08		5,20	21,20
Sultys		150	0,57	7,50	20,82	78,75
Iš viso:			19,47	23,09	41,82	368,95
Iš viso (dienos davinio)			53,82	57,00	151,55	1293,34

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	K-16	60	17,50	10,27	1,27	153,60
Duonasusviestu82%		25/5	0,27	5,63	1,36	87,45
Konservuoti kukurūzai,šv.agurkai		45	0,18	0,04	0,70	3,20
Kmynų arbata		150	0,45	0,44	6,11	27,24
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
		Iš viso:	18,56	16,38	14,64	292,69

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sr.su mėsos kukuliais (tausojanti)	16	150/20	6,51	6,03	9,80 19,92	116,11
Duona	Š1	30	1,88	0,28		78,00
Keptažuvis	N29	75	18,92	7,57	16,50	158,80
Biri grikių košė	96	50	3,02	4,86	0,95	120,09
Kons.žirneliai		30	0,29	0,01	4,30	3,84
Šviežiasagurkas,paprika		50	0,86	0,20	51,47	20,50
		Iš viso:	31,48	18,95		497,34

Vakarienė val.15.30-15.55val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba		150	3,89	6,99	14,39	121,38
Duona su sviestu82%ir ferm.sūriu 40%		30/5/20	9,54	10,71	12,26	179,98
Vaisių gėrimas be c.		150	0,15	0,15	20,56	50,98
		Išviso:	13,58	17,85	47,21	352,34
Iš viso (dienos davinio)			63,62	53,18	113,32	1142,37

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kr.košė su sviestu	95	200	8,01	7,20	36,49	234,88
Duona su sviestu 82%		30/5	0,15	4,13	1,21	42,85
Šviežias agurkas		25	0,23	0,05	1,07	13,52
Juoda arbata su pienu 3,5%	G1	150	2,33	1,84	10,57	64,98
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
		Viso:	10,91	13,50	57,67	358,78

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių daržovių sr.(tausojan)	Sr.6	150	1,66	6,66	15,52	93,21
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Makaronai su mėsos padažu		200-49	25,86	2,16	50,01	330,39
Šv.darž.Pomidorai,agurkai		25/25	0,43	0,10	2,15	10,25
Iš viso:			29,83	9,20	87,60	511,85

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas	A-83	200	21,58	16,62	20,11	266,28
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
Vaisių kokteilis	15	200	1,25	0,30	6,70	89,90
Iš viso (dienos davinio)			19,67	17,24	28,72	355,73
			56,29	36,52	162,07	1164,79

Antradienis 2 savaitė

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu(82%)(tausojantis)	A15	200/5 20/15	9,65	11,88	38,44	159,53
Kepti sumuštiniai su ferm.sūriu 40%	16-8/160	4,40		2,50	12,90	92,00
Vaisia(sezoniniai)		100	0,40	-	9,90	40,50
Arbata		150			14,97	44,44
Iš viso:			18,05	17,14	76,21	336,47

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-kruopų sr.su mėsa	N1	150/40	1,57	5,76	11,65	99,53
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Paukštienos šnicelis	A25	85	16,60	10,53	6,08	138,15
Bulvių-morkų košė	106	100	2,05	2,09	14,93	83,98
Švieži,kopūstai,pomidorai su alyvuogių aliejumi	S22	50	0,52	4,08	2,31	42,62
Iš viso:			22,62	22,74	54,89	442,28

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su varške	80	150	16,28	17,43	54,32	275,33
Šv.uogos(uogienė)	20	20	0,04		10,64	40,65
Pienas 2,5%		150	4,95	3,75	7,20	75,00
Iš viso:			21,27	21,18	72,16	390,98
Iš viso (dienos davinio):			61,94	61,06	203,26	1169,73

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr. košė su sviestu(82 %)	A94	200/5	7,76	8,80	38,05	253,00
Keksiukai (tausojantis)	6	20	15,03	5,01	12,46	148,90
Daržovių lėkštelė	D1	80	0,08	0,02	0,7	2,50
Vaisiai		100	0,33	0,32	13,00	28,33
Arbata su citrina	G-5	150	-	-	5,27	21,38
Iš viso:			29,10	14,15	68,85	454,11

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g*			Energinė* vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sr.(tausojanti)	N.10	150/40	1,29	10,05	6,60	128,37
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	76,00
Dičkukuliai su paukštiena	41	200/65	16,42	11,72	43,16	240,56
Grietinės-30%sviesto82%padaž.	6	12,3/8,2	0,36	10,52	0,45	97,52
Išviso:			20,67	32,69	66,25	542,45

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai(varškė9%)	81	200	25,09	20,79	21,07	258,67
Grietinė 30%		20	0,15	7,89	13,44	43,14
Gėrimas iš šv.vaisių be cukraus		150	0,15	0,15	20,56	40,98
			25,36	20,94	61,63	342,79
Iš viso (dienos davinio):			**75,13**	**67,78**	**196,73**	**1339,35**

2 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dr.košė su sviestu82%	A92	150/5	5,54	5,52	19,76	210,45
Plėšomos sūrio lazdelės	S-1	20	0,04	0,32	0,32	25,16
Kmynų arbata	G-1	150	0,45	0,33	6,11	27,24
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Išviso:			6,36	6,50	39,19	291,18

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g*			Energinė* vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba(tausojanti)	Sr25	150	1,66	6,66	15,52	93,21
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Kiaulienos-vištienos maltinis(tausojantis)	Nr.19	90	19,56	7,62	5,37	172,79
Česnakinis padažas	214	20	34,52	13,44	53,60	81,94
Virtos bulvės		80	0,97	0,08	9,56	40,34
Pomidoras,agurkas,paprika	G.29	75	0,75	0,30	4,35	50,56
Iš viso:			59,34	28,38	108,32	567,40

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Užkepėlė su dešrelėmis	P-1	150	12,79	22,36	5,25	295,12
Šv.daržovės(pomid.agurkai)	G-1	50	0,50	0,25	2,90	33,70
Gėrimas iš šv.vaisių		150	0,15	0,15	20,56	50,98
Iš viso:			13,44	22,76	28,71	379,80
Iš viso (dienos davinio):su PU			79,10	57,32	175,9	1213,22

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė	K-8	200	6,56	7,47	40,98	250,37
Uogienė		20	-	-	11,55	42,10
Vaisinėarbata	G-1	150	0,45	0,33	6,11	27,24
Traškučiai		20	0,78	0,45	2,45	21,70
Vaisiai		100			4,95	20,25
Iš viso:			0,20	8,25	66,04	361,66

Pietūs val. 11,50-12.20 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su mėsoskukuliukais	Sr23	150/24	7,87	7,50	12,80	164,98
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Žuvis kepta(tausojantis)	Nr39	75	18,92	7,57	-	158,80
Grikių košė	6	100	0,97	0,08	9,56	40,34
Šv.agurkas,k.žirneliai,k.k ukurūzai	1	70	0,26	0,05	1,78	8,32
			29,90	15,48	44,06	450,44

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu	66	160	14,03	11,29	42,43	332,80
Šv.pomidorai,agurkai		50	0,40	0,10	1,15	5,55
Gėrimas iš šv.vaisių		150	0,15	0,15	20,56	50,98
Iš viso:			14,58	11,54	64,14	389,33
Iš viso (dienos davinio)			52,47	35,27	174,24	1201,43

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
5-gr. košė su sviestu82%	95	200	8,54	10,11	39,86	266,56
Duonelė su sviestu(82%)ir ferm.sūriu	3	25/5/20	7,20	0,90	12,00	84,60
Kmynų arbata	G-4	150	0,45	0,33	6,11	27,27
Vaisiai		100	0,45	-	8,13	40,50
Iš viso:			16,64	11,3	66,10	418,93

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė,g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kruopų sriuba su bulvėmis(tausojanti)	Sr.24	150	1,77	4,28	13,76	108,87
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Bulvių plokštainis su paukštiena	4	250/50	21,10	6,90	39.88	301,19
Jogurtinis padažas	7	30	0,60	1,80	0,90	22,40
	1		26,07	13,3	70,58	510,46
	4	**Vakarienė val.15.30-15.55 val.**				

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronaisu sviestu 82%	66	16	14,03	11,29	42,43	332,80
Pomidorų padažas	13	0	0,59	0,08	3,56	16,50
Šv.daržovės	12	20	0,40	0,10	1,15	5,55
Vaisių gėrimasbe cukr.		60 150	0,15	0,15	20,56	50,98
Iš viso:			15,17	11,62	67,70	405,83
Iš viso (dienos davinio):			57,88	36,34	204,38	1335,22

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su sviestu82%	94	200	7,46	8,80	38,05	253,00
Duona su sviestu(82%)		30/	0,15	4,13	1,21	42,85
Vaisiai		5	0,33	0,33	13,00	28,33
Kakava su pienu 2,5%	S-1	100	3,64	2,76	10,45	79,08
		150	11,88	16,02	62,71	403,26

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė,g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su mėsa	Sr2	15	6,31	6,09	4,47	106,65
Duona	Š1	0	2,60	0,40	16,04	78,00
Maltos kiaulienos kepinukas	10	30	24,58	12,21	8,25	170,81
Birūs ryžiai	91	70	2,58	3,98	27,68	151,08
Šv.agurkai,pomidorai,kons.kukurūzai	12	100	0,62	7,22	2,10	71,31
		90 Iš viso:	36,69	29,90	58,54	577,85

Vakarienė val.15.30-15.55val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su ryžiais	A-83	160	21,58	16,62	20,11	316,28
Šaldytos uogos(uogienė)	5	20	0,06		14,18	54,20
Sultys		150	0,57	7,5	20,82	78,75
		Iš viso:	22,21	24,12	55,11	449,23
		Iš viso (dienos davinio):	70,78	70,04	176,36	1430,34

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su sviestu82%	94	200	7,46	8,80	38,05	253,00
Duona su sviestu(82%)		30/	0,15	4,13	1,21	42,85
Vaisiai		5	0,33	0,33	13,00	28,33
Kakava su pienu 2,5%	S-1	100	3,64	2,76	10,45	79,08
		150	11,88	16,02	62,71	403,26

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė,g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su mėsa	Sr2	15	6,31	6,09	4,47	106,65
Duona	Š1	0	2,60	0,40	16,04	78,00
Maltos kiaulienos kepinukas	10	30	24,58	12,21	8,25	170,81
Birūs ryžiai	91	70	2,58	3,98	27,68	151,08
Šv.agurkai,pomidorai,kons.kukurūzai	12	100	0,62	7,22	2,10	71,31
		90 Iš viso:	36,69	29,90	58,54	577,85

Vakarienė val.15.30-15.55val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su ryžiais	A-83	160	21,58	16,62	20,11	316,28
Šaldytos uogos(uogienė)	5	20	0,06		14,18	54,20
Sultys		150	0,57	7,5	20,82	78,75
		Iš viso:	22,21	24,12	55,11	449,23
		Iš viso (dienos davinio):	70,78	70,04	176,36	1430,34

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė susviestu82 %	N96	200/5	9,61	11,88	38,44	159,53
Riestainiai		30	1,18	0,33 -	9,73	44,80
Arbata vaisinė		150	-	0,33	14,97	44,44
Vaisiai		100	0,33	0,03	13,00	28,33
Daržovių lėkštelė		80	0,15	12,57	0,58	2,85
Iš viso:			11,27		76,72	279,95

Pietūs val.11.50-12.20val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalomaistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis,tausojanti)	Sr15	150	1,29	10,02	6,60	128,37
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Žemaičių blynai su paukštiena (tausojantis)	40	150	8,53	15,59	14,29	246,44
Grietinės30%sviesto82 %padažas	6	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Iš viso:			12,78	50,11	37,38	550,33

Vakarienė val.15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškėtukai,,Ežiukai,,	52	150	21,66	9,18	44,94	250,88
Sviesto82% grietinės 30padažas %		20	0,35	10,51	0,45	95,52
Vaisių gėrimas be cukraus		150	0,15	0,15	20,56	50,98
Iš viso:			22,16	19,84	65,95	397,38
Iš viso (dienos davinio):			46,21	82,52	180,05	1227,66

3savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškytė su grietine ir jogurtu	8	70	11,80	8,14	32,49	254,88 65,00
Duonelė	Š1	25	2,16	0,33	13,36	30,00
Uogienė	9	20	0,12		20,00	60,75
Arbata su citrina	G-1	150	0,68		42,20	40,50
Sezoniniai vaisiai		100	0,45	-	8,13	
		Iš viso:	15,21	8,47	116,18	451,13

Pietūs val.11.50-12.20val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šv.ir raugint ų kopūstų sriuba	6-7	200	1,32	3,13	8,31	82,86
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Keptas kiaulienos kukulis su daržovėmis	14	85	24,58	12,21	8,25	170,81
Virtos bulvės	1,1	80	0,97	0,08	9,56	40,34
Švieiž pomidorai,agurkai,brokoliai	G29	75	0,75	0,30	4,35	60,75
		Iš viso:	30,22	15,82	46,51	432,76

Vakarienė val.15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	K13	60	7,58	6,90	0,45	98,20
Duona su sviestu 82% ir virta dešra	3	25/5 /15	3,46	8,73	11,08	139,58
Šv.agurkas		25	0,38	0,15	2,25	10,13
Kmynų arbata		150				
		Iš viso:				
		Iš viso (dienos davinio):				

3savaitė

Penktadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	A15	200	8,63	6,89	37,24	141,44
Duona ,sviestas(82%)su ferm.sūriu	S-1	25/5 /20	7,20	0,90	12,00	84,60
Vaisiai		100	0,33 -	0,33	13,00	28,33
Arbata vaisinė	G1	150	16,16	-	14,97	44,44
Viso su :				8,12	77,21	298,8 1

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriubasu žuvimi	29	200	5,65	8,71	2,86	106,26
Duona	Š-1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Maltošzuvies paplotėlis	16	90	20,24	5,61	1,78	107,93
Biri grikių košė	3	50	3,02	4,86	16,50	120,09
Virtiburokėliai su tyru alyvuogių aliejumi šv.agurkas	10 1	50/7 5	1,07	8,13	6,43	94,00
Išviso:			32,58	27,71	43,61	506,28

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės bandelės	5	120	15,02	8,24	43,80	341,64
Sūrio lazdelės40%	S-1	20	0,05	0,04	0,32	25,16
Pienas 2,5%	G-	150	4,95	3,75	7,20	75,00
	2		20,02	12,03	51,32	441,80
Iš viso (dienos davinio):			68,76	47,86	172,14	1246,89