

PANEVĖŽIO LOPŠELIS-DARŽELIS „PASAKA“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1–3 metų amžiaus

Įstaigos darbo laikas

7.00–18.18

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (82 %)(tausojojantis)	N92	150	5,73	6,65	21,04	190,57
Duona su sviestu 82%		25/5	1,24	0,41	14,80	62,83
Kmynų arbata	4	100	0,45	0,33	6,11	27,24
Vaisiai		100	0,16	0,16	5,20	21,20
Iš viso:			7,56	7,55	47,15	301,84

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	
Trinta daržovių sriuba(tausojantis augalinis)	Sr5	150	2,24	1,57	5,25	52,20
Duonos skrebučiai	Š-1	30	2,22	0,39	0,50	65,10
Virtospieniškos dešrelės(su pomid.padažu)	Nr28	100/15	7,77	28,47	4,50	303,54
Bulvių košė	Nr.2	80	1,32	5,29	8,32	53,38
Šv.daržovės(pomid.agurka i		60	0,50	0,11	1,74	8,55
Iš viso:			14,04	35,83	20,31	482,77

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su varškė	76	100	10,85	12,95	36,20	220,22
Grietinė 30%		10	0,32	4,00	0,41	39,07
Uogienė		10	0,03		7,09	27,10
Vaisių gėrimas be cukraus	G1	100	0,125	0,10	13,70	8,55
Iš viso:			11,33	17,05	57,40	308,17
Iš viso (dienos davinio):			32,93	60,43	124,86	1092,78

I sav.
ANTRADIENIS

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių gr.košė su sviestu82%	A92	150/5/20	7,45	7,45	28,95	200,75
Trušiai		20	1,18	0,33	9,73	44,80
Pienas 2,5%	G1	100	3,30	2,50	9,77	50,00
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			12,08	10,28	48,68	316,75

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sr.su mėsa)	Sr10	150	2,34	4,33	17,58	101,11
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	28,00
Kepta paukštiena	22	60	14,20	4,82	0,52	116,24
Virti makaronai	1.1	100	4,07	5,48	27,83	180,30
Šv.daržovės(agurkai,paprika)		100	1,10	1,00	9,25	37,50
Iš viso:			23,59	15,91	75,10	463,15

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė su ryšiais	83	127	14,39	11,08	11,16	257,23
Grietinė (30%)		15	0,36	4,50	0,47	43,95
Šald.š.uogos(uogėnė)		15	0,04		10,64	40,65
Vaisių gėrimas be cukraus		100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			14,91	15,68	15,35	363,61
Iš viso (dienos davinio):			50,58	41,87	139,13	1143,51

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai	37	120	8,08	6,97	24,43	151,87
Uogienė	7Š	30/5	2,39	2,28	12,80	48,23
Jogurtas nat.		100	0,40	1,50	4,50	60,00
Kakava supienų 2,5 %	G-1	100	2,42	1,84	6,97	52,72
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			13,45	12,59	53,90	334,02

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (aug. tausojanti)	Sr.2	100	1,12	4,61	7,13	68,91
Duona	Š1	30	1,25	0,19	13,28	52,00
Ryžiaisu kiauliena (plovos)	Nr.	100/50	19,28	9,66	28,61	206,83
Šviežios daržovės (3 rūšys)	3 Nr.	75	1,7	0,15	8,94	20,84
Iš viso:			23,35	14,61	57,96	3,48,58

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos apkeptos bulvės	N.52	130	4,14	7,33	24,16	178,25
Grietinė 30%		15	0,48	6,00	0,62	58,60
Šv. daržovės (pom. agur.)	G-1	60	0,50	0,11	1,74	8,55
Rūgpienis	G-4	100	3,40	2,50	4,90	60,00
Iš viso:			8,52	15,94	31,42	305,40
Iš viso (dienos davinio):			45,32	43,14	143,28	928,00

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sviestu (82%)(tausojojantis)	33/47	120	5,10	5,13	35,82	164,33
Pomid.padažas	13	15	0,48	0,06	2,37	12,38
Šv.agurkai		25	0,68		0,30	3,84
Vaisinė arbata	G1	100			7,50	29,62
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			6,42	5,19	51,19	231,37

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba(tausojanti)	Sr	100	3,31	4,51	10,00	97,62
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Keptaviščiukų blauzdelė(t)	163	130	20,37	12,72	0,40	259,60
Bulvių-morkų košė	16	80	1,67	1,71	12,24	68,85
Švieži pomidorai,agurkai,kons.agurkai	G29	75	0,62	0,15	8,91	25,55
Iš viso:			27,85	19,37	51,47	529,62

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	81	100	11,15	9,26	13,40	181,57
Šv.uogos(pagal sezoną)		50	0,08		5,20	21,20
Sultys		100	0,38	5,00	13,88	52,75
Iš viso:			11,61	14,26	32,48	255,52
Iš viso (dienos davinio):			45,88	38,82	135,14	1016,51

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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
Duona su sviestu82%		30/5	0,04	0,23	2,60	57,50
Konservuoti kukurūzai,šv.agurkai		20/25	0,18	0,04	0,70	3,20
Kmynų arbata		100	0,30	0,30	4,06	18,16
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			18,18	10,80	13,83	253,66

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su mėsos kukuliais(,tausojanti)	Nr.1 6	150/18	4,88	4,53	7,34	87,76
Duona	Š1	35	1,88	0,28	19,92	67,00
Kepta žuvis(tausojanti)	Nr.2 9	55	15,74	5,68	-	133,57
Biri grikių košė	96	50	3,02	4,86	16,50	120,09
Konserv.žirneliai		30	0,29	0,01	0,95	3,84
Šv.agurkai,paorika		50	0,86	0,20	4,30	5,12
Iš viso:			26,67	15,56	49,01	432,76

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba		100	2,59	4,66	9,59	80,92
Duona su sviestu82%ir fermentiniu sūriu40%		35/5/15	9,54	10,71	12,26	179,98
Vaisių gėrimas be c.		100	0,125	0,10	2,26	21,78
Iš viso:			12,26	15,47	35,55	282,68
Iš viso (dienos davinio):			57,01	41,83	98,39	969,10

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	95	150	6,01	6,44	26,38	185,46
Duona su sviestu 82%	S1	30/5	0,15	4,13	1,21	42,85
Arbata su pienu 2,5%	G1	100	2,42	1,84	6,97	52,72
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			8,91	12,74	47,56	309,36

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 sriuba(tausojanti)	Nr.7	100	3,88	3,85	14,82	112,05
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Makaronai su mėsos padažu		150/37	19,52	1,55	38,79	249,98
Švieži pomidorai, agurkai		25/25	0,43	0,10	2,15	10,25
Iš viso:			25,71	5,78	75,68	450,28

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	
Varškės apkepas 9%(varškė)	82	150	17,94	10,94	21,40	207,23
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
Vaisinis kokteilis		200	1,25	0,30	6,70	89,90
Iš viso:			19,67	17,24	28,72	355,73
Iš viso (dienos davinio):			54,29	35,76	151,96	1115,37

2 savaitė

Antradienis

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 kr.košė su sviestu 82%	A15	150/5	4,85	5,07	24,21	157,50
Kepti sumuštiniai su ferm.sūriu40%		25/5/15	4,40	2,50	12,90	92,00
Arbata	G1	100			6,13	49,42
Vaisiai		100			9,98	29,60
Iš viso:			9,25	7,57	53,22	328,52

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	Sr.10	100/23	1,17	4,34	8,89	124,37
Duona	D-1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Paukštienos šnicelis	A25	65	12,45	7,90	4,59	153,80
Bulvių-morkų košė	106	80	1,67	1,71	12,24	68,85
Šv kopūstai, šv.pomidorai ,alyv.aliej	S-22	50	0,52	4,08	2,31	42,62
Iš viso:			17,69	18,31	47,95	467,64

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	100	10,85	11,62	36,21	183,55
Šv.uogos	20	20	0,04		10,64	40,65
Pienas 2,5%		100	3,30	2,50	4,80	50,00
Iš viso:			14,19	14,12	51,65	274,20
Iš viso (dienos davinio)			41,13	40,00	152,82	1070,36

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su sviestu 82%	94	150/5	5,82	6,60	28,54	189,75
Keksiukai	6	30	15,03	5,01	12,46	148,90
Arbata sucitrina	G1	100			3,51	14,25
Daržovių lėkštelė	D-1	80	0,08	0,02	0,70	2,50
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			21,26	11,96	58,21	383,73

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sr.(tausojanči)	Sr10	100	0,86	6,68	4,40	85,58
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Dičkukuliai su mėsa(paukštiena)	41	150/50	12,31	8,79	32,37	180,33
Grietinės sviesto padažas	6	20	0,26	7,88	0,34	73,14
Iš viso:			16,03	23,75	53,15	417,05

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai(varškė9%)	82	150	16,73	13,89	20,10	272,36
Uogienė		15	0,09		15,00	22,50
Vaisių gėrimas be cukraus		100	0,11	0,10	13,70	21,78
			17,02	13,99	48,80	316,64
Iš viso (dienos davinio):			54,31	49,70	160,16	1117,42

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių su sviestu	A92	150/4	5,54	5,52	19,76	210,45
Kėlynų arbata	G1	100	0,30	0,22	4,07	18,16
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			6,17	6,07	36,83	263,94

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sr.(tausojausi)		100	1,11	4,44	10,35	62,14
Vištienos-kiaulienos	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
maltinis(tausojantis)	19	70	15,14	7,51	3,97	144,05
Česnakinis padažas	214	15	33,32	12,64	50,20	68,54
Virtos bulvės		80	0,97	0,08	9,56	40,34
Šv. pomidoras, agurkas,	G29	50	0,75	0,30	4,35	70,56
Iš viso:			53,17	25,25	88,79	529,63

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Užkepęs šaltinis	P-1	100	8,48	15,53	3,50	172,30
Šv. daržovės (pomidoras, agurkas)	G29	50	0,50	0,25	2,90	33,70
Vaisių gėrimas be cukraus	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
			9,09	15,88	20,10	227,78
Iš viso (dienos davinio):			68,36	47,20	145,72	1021,35

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalomaistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kr.košė (tausojanti)	K-9 1	150	4,92	5,60	32,04	187,04
Uogienė		15	0,05	-	10,64	40,65
Traškučiai		20	1,58	0,90	10,38	43,40
Vaisinė arbata		100	0,20		4,95	2,25
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			7,08	6,83	71,01	301,67

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė su mėsos kukuliais		100/18	4,85	5,11	12,03	131,50
Duona	Š1	30	1,25	1,18	13,28	52,00
Keptažuvis	A39	55	15,74	5,68	-	133,57
Grikiukošė	6	50	1,08	3,03	12,95	85,41
Šv.agurkai,k.agurkai,k.ku kurūzai	Nr1	70	0,26	0,05	1,78	8,32
Iš viso:			23,18	15,05	40,04	410,08

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu 82%	Nr.7	120/5	12,72	11,22	33,26	278,88
Šviežipomidorai,agurkai	S-1	25/25	0,50	0,20	2,90	23,50
Vaisių gėrimas be cukraus		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			13,55	11,75	49,16	330,71
Iš viso (dienos davinio):			43,81	33,63	160,21	1043,18

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
5-grūdų kruopų košė	95	150	6,40	7,58	29,90	199,92
Duonelė su sviestu(82%)ir ferm.sūriu	3	25/5/20	7,20	0,90	12,00	84,60
Kmynų arbata	G-4	100	0,30	0,22	4,07	18,18
Vaisiai		100	0,45	-	8,13	40,50
Iš viso:			14,35	8,70	54,10	343,20

Pietūs val.11.50-12.20val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kruopų sriubasu bulvėmis ir morkomis	Sr.24	100	1,36	3,31	10,36	85,32
Duona	Š1	30	1,73	0,26	10,69	52,00
Bulvių plokštainis su paukštiena	Nr47	180/40	15,83	5,18	29,91	225,89
Jogurtinis padažas	14	30	0,60	1,80	0,90	22,40
			19,52	10,55	51,89	385,61

Vakarienė val.15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronais su sviestu82%	Nr66	120/30	12,72	11,22	33,26	278,80
Pomidorų padažas	13	15	0,59	0,08	3,56	16,50
Šv.daržovės	12	60	0,40	0,10	1,15	5,55
Vaisinis gėrimasbecuk.		100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			13,82	11,50	51,67	322,63
Iš viso (dienos davinio):			47,69	30,75	157,66	1051,44

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 kr.košė su sviestu 82%	94	150	5,82	6,60	28,54	189,75
Kakava su pienu 2,5%	G-1	100	2,33	1,84	10,57	52,72
Viso grūdo duona su sviestu 82%	S-1	30/5	0,15 0,33	4,13	1,21	42,85
Vaisiai		100		0,33	13,00	28,30
			8,63	12,90	53,32	313,62

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.su mėsa	2	100	5,23	4,93	1,85	101,65
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Maltos kiaulienos kepinukas	10	60	10,74	9,08	0,60	126,55
Birūs ryžiai	91	80	2,06	3,18	22,14	120,86
Šv.agurkai, pomidorai kons.kukurūza	12	65	0,41	4,81	1,40	47,54
Iš viso:			21,04	22,40	42,03	474,60

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 su ryžiais (varškė 9%) (tauso j.)	83	127	14,39	11,08	15,07	207,23
Šaldytos uogos (uogienė)	15	20	0,06	-	14,18	54,20
Sultys		100	0,38	0,05	12,38	52,50
Iš viso:			14,83	11,13	41,63	313,93
Iš viso (dienos davinio):			44,50	46,43	136,98	1102,15

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 su sviestu(82%)	N96	150/5	5,73	6,65	21,04	190,57
Riostainiai		20	1,18	0,33	9,73	44,80
Vaisinė arbata	G-1	100	-	-	7,50	29,62
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Daržovių lėkštelė		80	0,15	0,03	0,58	2,85
Iš viso:			7,39	7,31	51,85	296,17

Pietūs val. 11.50-12.20val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis,tausojanti)	Sr15	100	3,31	4,51	10,00	97,62
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Žemaičiųblynaisu paukštiena(tausojanti)	40	100	5,94	10,55	10,15	158,92
Grietinės30%-sviesto82%padažas	6	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Išviso:			12,64	25,98	36,58	432,06

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	14,48	6,63	32,34	210,0
Grietinės30%sviesto 82%		15	0,26	7,88	0,34	73,14
Vaisinis gėrimas be cukr.		100	0,11	0,10	13,70	21,78
Išviso:			14,85	14,61	46,38	304,92
Iš viso (dienos davinio):			34,88	47,90	134,81	1033,15

3 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	
Trintavarškytė su grietine-jogurtu	8	50/50	9,4,5	6,22	23,16	193,06
Uogienė	9	15	0,09		15,00	22,50
Duonelė	Š1	25	2,16	0,33	13,36	65,00
Sezoniniai vaisiai		100	0,45	-	28,13	40,50
Arbata su citrina	G1	100			3,51	14,25
Iš viso:			12,14	6,55	83,16	335,31

Pietūs val.11.50-12.20val.

Patiekalopavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė ,kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šv.ir raugintų kopūstų sriuba	Sr	150	1,05	3,13	4,78	96,32
Duona	Š1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Keptaskiaulienos kukulis su daržovėmis	14	50	21,00	8,76	8,25	142,28
Virtosbulvės		80	0,97	0,08	9,56	40,34
Šviežipomidorai,agurkai	G29	50	0,25	0,2	2,90	13,50
Iš viso:			25,87	12,57	41,53	370,44

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	
Virtas kiaušinis	K13	60	7,58	6,90	0,45	98,20
Duona su sviestu 82%ir virta dešra	3	25/5/10 35	3,46	8,73	11,08	139,58
Šv.agurkai		100	0,20	0,10	0,58	5,55
Kmynų arbata			0,45		8,13	40,50
Iš viso:			11,69	8,83	20,24	283,83
Iš viso (dienos davinio):			49,70	27,95	144,93	989,58

3 savaitė
Penktadienis

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	
Kvietinių kruopųkošė (tausojantis)	A15	150	6,47	5,17	27,93	124,08
Duona su sviestu(82%)su ferm.sūriu 40%	S-1	20/5/10 50	0,90	12,00	12,00	84,60
Vaisiai		100	0,30		5,42	20,25
Arbata vaisinė	G1				4,99	19,75
			7,67	17,17	50,34	248,68

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	
Daržoviųsr.su žuvimi	29	150/4	4,20	6,56	1,78	79,81
Duona	Š-1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
maltos žuvies palotėlis(tausojanti)	163	75	17,41	3,52	1,46	90,68
Biri grikių košė	10	50	3,02	4,86	16,50	120,09
Virti burokėliai su tyru alyvuogių aliejumi,šv.agurkai	1	50/50	0,82	6,09	4,92	58,87
Iš viso:			28,05	21,43	40,70	427,45

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	
Varškės bandelės	5	60	7,51	4,12	21,90	190,82
Sūrio lazdelės 40%	S-1	20	0,05	0,04	0,32	25,16
Pienas 2,5%	G-2	100	3,30	2,50	4,80	50,00
Iš viso:			10,86	6,66	27,02	265,98
Iš viso (dienos davinio):			46,58	45,26	118,06	942,11