

## UAB „Sotega“ Skuodo skyrius

### Mosėdžio gimnazija

Salantų g.5, Mosėdis, Skuodo raj.

---

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

**\_\_15\_\_ DIENŲ VALGIARAŠTIS**  
(nurodyti dienų skaičių)

**11 ir vyr. m. \_\_**  
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas  
Nuo \_\_ iki\_\_ val.

1 savaitė pirmadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                           | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                 |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI29A  | 150      | 1,80                     | 2,99         | 11,15             | 75,79            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                   | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Maltas kiaulienos šnicelis (A-1,3)              | AKM3F   | 80       | 12,12                    | 15,57        | 6,34              | 212,31           |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)         | GGA1D   | 120      | 2,75                     | 0,14         | 25,19             | 111,49           |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSA35B  | 100      | 1,34                     | 5,19         | 6,66              | 71,42            |
| Morkų ir burokėlių rinkinukas (augalinis)       | GSA610C | 30       | 0,39                     | 0,04         | 2,73              | 10,20            |
| Geriamas vanduo                                 | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Apelsinai (augalinis)                           | IVN2A   | 100      | 0,80                     | 0,20         | 11,00             | 43,00            |
| <b>Viso</b>                                     |         |          | <b>21,15</b>             | <b>24,45</b> | <b>78,76</b>      | <b>595,39</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                       |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)                       | SRI29A  | 150      | 1,80                     | 2,99         | 11,15             | 75,79            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                         | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Lęšių ir daržovių troškiny su kmynais (tausojantis) (augalinis) (A-1) | ADR300D | 200      | 14,02                    | 10,31        | 44,68             | 324,33           |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)                       | GSA35B  | 100      | 1,34                     | 5,19         | 6,66              | 71,42            |
| Morkų ir burokėlių rinkinukas (augalinis)                             | GSA610C | 30       | 0,39                     | 0,04         | 2,73              | 10,20            |
| Geriamas vanduo                                                       | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Apelsinai (augalinis)                                                 | IVN2A   | 100      | 0,80                     | 0,20         | 11,00             | 43,00            |
| <b>Viso</b>                                                           |         |          | <b>20,30</b>             | <b>19,06</b> | <b>91,91</b>      | <b>595,92</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                           | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|-------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                 |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI29A  | 150      | 1,80                     | 2,99        | 11,15             | 75,79            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                   | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |
| Aukštaičių blynai (A-1,3,7)                     | AML8D   | 180      | 10,09                    | 10,21       | 58,95             | 364,18           |

|                       |        |     |              |              |               |               |
|-----------------------|--------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Grietinė 30% (A-7)    | IVN10B | 20  | 0,0          | 0,0          | 0,0           | 0,0           |
| Geriamas vanduo       | GĖR70A | 200 | 0            | 0            | 0             | 0             |
| Apelsinai (augalinis) | IVN2L  | 180 | 1,44         | 0,36         | 19,80         | 77,40         |
| <b>Viso</b>           |        |     | <b>15,28</b> | <b>13,88</b> | <b>105,59</b> | <b>588,54</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                           | Rp.Nr.   | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-------------------------------------------------|----------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                 |          |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI29A   | 150      | 1,80                     | 2,99         | 11,15             | 75,79            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                   | IVN137A  | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Troškinta kiauliena su česnakais (tausojantis)  | AKM5953C | 70       | 13,34                    | 16,98        | 1,32              | 210,92           |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)         | GGA1D    | 120      | 2,75                     | 0,14         | 25,19             | 111,49           |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSA35B   | 100      | 1,34                     | 5,19         | 6,66              | 71,42            |
| Morkų ir burokėlių rinkinukas (augalinis)       | GSA610C  | 30       | 0,39                     | 0,04         | 2,73              | 10,20            |
| Geriamas vanduo                                 | GĖR70A   | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Apelsinai (augalinis)                           | IVN2A    | 100      | 0,80                     | 0,20         | 11,00             | 43,00            |
| <b>Viso</b>                                     |          |          | <b>22,38</b>             | <b>25,87</b> | <b>73,75</b>      | <b>593,99</b>    |

  
 PUSLAPIS 2

1 savaitė antradienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

**Pietūs**

| Patiekalo pavadinimas                                  | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                        |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI18A  | 150      | 1,39                     | 1,61         | 10,37             | 56,72            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                          | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Varškės 9% apkepas (tausojantis) (A-1;3;7)             | AAP5B   | 180      | 21,55                    | 14,81        | 43,39             | 397,34           |
| Grietinės 30% padažas (A-1;7)                          | PAD4A   | 20       | 0,37                     | 3,31         | 1,39              | 36,89            |
| Geriamas vanduo                                        | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Mandarinai (augalinis)                                 | IVN145C | 180      | 1,26                     | 0,54         | 16,92             | 68,40            |
| <b>Viso</b>                                            |         |          | <b>26,51</b>             | <b>20,60</b> | <b>87,76</b>      | <b>630,51</b>    |

**Pietūs 2 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                         | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                               |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)        | SRI18A  | 150      | 1,39                     | 1,61         | 10,37             | 56,72            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                 | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Grikių ir daržovių maltinukai (tausojantis) (augalinis) (A-9) | ADR360A | 180      | 7,38                     | 7,14         | 44,53             | 260,34           |
| Daržovių padažas (A-1)                                        | PAD129C | 30       | 0,49                     | 2,27         | 4,06              | 36,68            |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)                   | GSA73F  | 80       | 0,87                     | 4,21         | 4,86              | 53,27            |
| Kopūstų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                      | GSA613A | 30       | 0,40                     | 0,06         | 1,39              | 5,78             |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                            | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Mandarinai (augalinis)                                        | IVN145B | 100      | 0,70                     | 0,30         | 9,40              | 38,00            |
| <b>Viso</b>                                                   |         |          | <b>18,98</b>             | <b>20,92</b> | <b>98,30</b>      | <b>625,95</b>    |

**Pietūs 3 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                  | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                        |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI18A  | 150      | 1,39                     | 1,61         | 10,37             | 56,72            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                          | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Lietiniai blynėliai su obuolių įdaru (A-1)             | AML88G  | 200      | 6,16                     | 9,15         | 47,30             | 290,38           |
| Grietinė 30% (A-7)                                     | IVN10B  | 20       | 0,0                      | 0,0          | 0,0               | 0,0              |
| Pienas 2,5% (A-7)                                      | GĖR91A  | 200      | 6,40                     | 5,00         | 9,60              | 110,00           |
| Mandarinai (augalinis)                                 | IVN145E | 190      | 1,33                     | 0,57         | 17,86             | 72,20            |
| <b>Viso</b>                                            |         |          | <b>17,23</b>             | <b>16,66</b> | <b>100,82</b>     | <b>600,46</b>    |

Pietūs 4 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                  | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                        |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI18A  | 150      | 1,39                     | 1,61         | 10,37             | 56,72            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                          | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Maltas vištienos kepsnys (A-1;3)                       | AKM218B | 80       | 13,04                    | 10,61        | 12,21             | 194,19           |
| Biri sorų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)        | GGA175A | 120      | 4,59                     | 4,57         | 30,11             | 182,29           |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)            | GSA73B  | 100      | 1,09                     | 5,26         | 6,07              | 66,59            |
| Kopūstų ir agurkų rinkinukas (augalinis)               | GSA613A | 30       | 0,40                     | 0,06         | 1,39              | 5,78             |
| Geriamas vanduo                                        | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Mandarinai (augalinis)                                 | IVN145B | 100      | 0,70                     | 0,30         | 9,40              | 38,00            |
| <b>Viso</b>                                            |         |          | <b>23,15</b>             | <b>22,73</b> | <b>85,24</b>      | <b>614,74</b>    |

"Lietuvos Respublikos  
 Sveikatos apsaugos  
 ministerija"  
 M. Štikonas

1 savaitė trečiadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)                            | SRI10A  | 150      | 3,80                     | 3,46         | 13,31             | 89,91            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Kiaulienos kepsnys (A-1;3)                                          | AKM5B   | 80       | 17,89                    | 7,60         | 1,27              | 147,14           |
| Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)           | GGA7B   | 120      | 4,46                     | 3,88         | 30,76             | 167,91           |
| Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis) | GSA165C | 90       | 1,42                     | 4,61         | 9,35              | 77,05            |
| Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                              | GSA450H | 30       | 0,28                     | 0,06         | 2,03              | 7,50             |
| Geriamas vanduo                                                     | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Obuoliai (augalinis)                                                | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |         |          | <b>30,20</b>             | <b>20,33</b> | <b>85,42</b>      | <b>613,68</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|------------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                        |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)                               | SRI10A  | 150      | 3,80                     | 3,46         | 13,31             | 89,91            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                          | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Troškintos daržovės su pomidorų padažu (augalinis) (tausojantis) (A-1) | ADR349C | 200      | 4,34                     | 7,67         | 28,28             | 191,18           |
| Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)    | GSA165E | 80       | 1,26                     | 4,09         | 8,31              | 68,49            |
| Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                                 | GSA450H | 30       | 0,28                     | 0,06         | 2,03              | 7,50             |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                     | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Obuoliai (augalinis)                                                   | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                                            |         |          | <b>17,83</b>             | <b>21,01</b> | <b>88,63</b>      | <b>585,25</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                    | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                          |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRI10A  | 150      | 3,80                     | 3,46        | 13,31             | 89,91            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)            | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |
| Virti varškėčiai (tausojantis) (A-1;3;7) | AVR12H  | 180      | 18,86                    | 10,58       | 48,30             | 363,51           |

|                               |        |     |              |              |               |               |
|-------------------------------|--------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Grietinės 30% padažas (A-1;7) | PAD4A  | 20  | 0,37         | 3,31         | 1,39          | 36,89         |
| Geriamas vanduo               | GĖR70A | 200 | 0            | 0            | 0             | 0             |
| Obuoliai (augalinis)          | IVN3K  | 180 | 0,72         | 0,72         | 23,40         | 95,40         |
| <b>Viso</b>                   |        |     | <b>25,69</b> | <b>18,40</b> | <b>102,10</b> | <b>656,88</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)                            | SRI10A  | 150      | 3,80                     | 3,46         | 13,31             | 89,91            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Užkepti natūralūs kiaulienos kotletai (tausojantis) (A-3;7)         | AKM157C | 70       | 10,75                    | 16,41        | 0,99              | 193,48           |
| Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)                     | GGA23A  | 100      | 3,93                     | 1,95         | 27,61             | 147,34           |
| Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis) | GSA165E | 80       | 1,26                     | 4,09         | 8,31              | 68,49            |
| Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                              | GSA450H | 30       | 0,28                     | 0,06         | 2,03              | 7,50             |
| Geriamas vanduo                                                     | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Obuoliai (augalinis)                                                | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |         |          | <b>22,37</b>             | <b>26,71</b> | <b>80,95</b>      | <b>630,89</b>    |

1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                        | Rp.Nr.   | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------|----------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                              |          |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI14A   | 150      | 0,94                     | 4,26         | 7,43              | 68,18            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                | IVN137A  | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Troškinta vištiena su ciberžole (tausojantis)                | AKM5956A | 80       | 16,06                    | 11,96        | 0,05              | 172,06           |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)    | GGA6B    | 110      | 3,49                     | 3,68         | 26,80             | 146,72           |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)           | GSA95E   | 80       | 0,86                     | 4,00         | 7,00              | 60,06            |
| Burokėlių ir agurkų rinkinukas (augalinis)                   | GSA611B  | 30       | 0,38                     | 0,04         | 1,99              | 7,98             |
| Geriamas vanduo                                              | GĖR70A   | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Bananas (augalinis)                                          | IVN1A    | 100      | 1,20                     | 0,30         | 23,10             | 97,00            |
| <b>Viso</b>                                                  |          |          | <b>24,89</b>             | <b>24,56</b> | <b>82,06</b>      | <b>623,16</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                        | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                              |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI14A  | 150      | 0,94                     | 4,26         | 7,43              | 68,18            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Pupelių ir daržovių troškiny (tausojantis) (augalinis)       | ADR189D | 220      | 12,16                    | 10,94        | 39,78             | 275,79           |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)           | GSA95B  | 100      | 1,08                     | 4,99         | 8,76              | 75,07            |
| Burokėlių ir agurkų rinkinukas (augalinis)                   | GSA611B | 30       | 0,38                     | 0,04         | 1,99              | 7,98             |
| Geriamas vanduo                                              | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Bananas (augalinis)                                          | IVN1A   | 100      | 1,20                     | 0,30         | 23,10             | 97,00            |
| <b>Viso</b>                                                  |         |          | <b>17,70</b>             | <b>20,86</b> | <b>96,74</b>      | <b>595,19</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                        | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                              |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI14A  | 150      | 0,94                     | 4,26        | 7,43              | 68,18            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                | IVN137B | 20       | 1,30                     | 0,22        | 10,46             | 47,44            |

|                                                           |         |     |              |              |              |               |
|-----------------------------------------------------------|---------|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Troškintas vištienos kukulis (tausojantis) (A-1;3)        | AKM145B | 80  | 11,96        | 8,63         | 8,92         | 159,11        |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1) | GGA6B   | 110 | 3,49         | 3,68         | 26,80        | 146,72        |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)        | GSA95B  | 100 | 1,08         | 4,99         | 8,76         | 75,07         |
| Burokėlių ir agurkų rinkinukas (augalinis)                | GSA611B | 30  | 0,38         | 0,04         | 1,99         | 7,98          |
| Geriamas vanduo                                           | GĖR70A  | 200 | 0            | 0            | 0            | 0             |
| Bananas (augalinis)                                       | IVN1A   | 100 | 1,20         | 0,30         | 23,10        | 97,00         |
| <b>Viso</b>                                               |         |     | <b>20,35</b> | <b>22,13</b> | <b>87,46</b> | <b>601,50</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                        | Rp.Nr.  | Išeiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                              |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI14A  | 150      | 0,94                     | 4,26         | 7,43              | 68,18            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Sklindžiai su bananais (A-1;3;7)                             | AML30G  | 160      | 9,71                     | 8,90         | 62,97             | 365,51           |
| Grietinė 30% (A-7)                                           | IVN10B  | 20       | 0,0                      | 0,0          | 0,0               | 0,0              |
| Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)                        | GĖR63A  | 200      | 3,67                     | 4,17         | 4,96              | 74,28            |
| Kriaušė (augalinis)                                          | IVN4L   | 180      | 0,72                     | 0,54         | 24,12             | 93,60            |
| <b>Viso</b>                                                  |         |          | <b>16,99</b>             | <b>18,20</b> | <b>115,17</b>     | <b>672,73</b>    |

1 savaitė penktadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

**Pietūs**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI5A   | 150      | 1,01                     | 2,88         | 6,26              | 50,76            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137D | 40       | 2,59                     | 0,44         | 20,92             | 94,89            |
| Kepta lydekų filė (A-1;4)                                           | AŽU34C  | 80       | 16,36                    | 4,39         | 3,10              | 117,46           |
| Bulvių košė su pienu 2,5% ir sviestu 82% (tausojantis) (A-7)        | GGA172D | 150      | 3,65                     | 3,41         | 27,73             | 154,75           |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)              | GSA43F  | 120      | 1,54                     | 6,20         | 12,75             | 104,30           |
| Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                              | GSA450H | 30       | 0,28                     | 0,06         | 2,03              | 7,50             |
| Geriamas vanduo                                                     | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Kriaušė (augalinis)                                                 | IVN4A   | 100      | 0,40                     | 0,30         | 13,40             | 52,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |         |          | <b>25,82</b>             | <b>17,68</b> | <b>86,19</b>      | <b>581,65</b>    |

**Pietūs 2 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI5A   | 150      | 1,01                     | 2,88         | 6,26              | 50,76            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Ryžių ir daržovių maltiniai (augalinis) (tausojantis)               | ADR361A | 220      | 5,64                     | 7,80         | 45,83             | 255,91           |
| Daržovių padažas (A-1)                                              | PAD129C | 30       | 0,49                     | 2,27         | 4,06              | 36,68            |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)              | GSA43A  | 80       | 1,02                     | 4,13         | 8,50              | 69,53            |
| Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                              | GSA450H | 30       | 0,28                     | 0,06         | 2,03              | 7,50             |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                  | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Kriaušė (augalinis)                                                 | IVN4A   | 100      | 0,40                     | 0,30         | 13,40             | 52,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |         |          | <b>16,58</b>             | <b>22,77</b> | <b>103,77</b>     | <b>647,55</b>    |

**Pietūs 3 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI5A   | 150      | 1,01                     | 2,88        | 6,26              | 50,76            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |



2 savaitė pirmadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI160A | 150      | 2,03                     | 2,91         | 10,38             | 70,12            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137D | 40       | 2,59                     | 0,44         | 20,92             | 94,89            |
| Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis) (A-1;3)                  | AKM209B | 80       | 11,93                    | 12,82        | 9,81              | 200,10           |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)                             | GGA1E   | 130      | 2,98                     | 0,15         | 27,29             | 120,78           |
| Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)                 | GSA573A | 100      | 1,07                     | 6,30         | 5,89              | 76,32            |
| Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                              | GSA450H | 30       | 0,28                     | 0,06         | 2,03              | 7,50             |
| Geriamas vanduo                                                     | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Apelsinai (augalinis)                                               | IVN2A   | 100      | 0,80                     | 0,20         | 11,00             | 43,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |         |          | <b>21,69</b>             | <b>22,87</b> | <b>87,32</b>      | <b>612,71</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                       |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)   | SRI160A | 150      | 2,03                     | 2,91         | 10,38             | 70,12            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                         | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Daržovių ir perlinių kruopų troškinys (augalinis) (tausojantis) (A-1) | ADR253F | 220      | 8,01                     | 6,48         | 46,16             | 249,74           |
| Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)                   | GSA573D | 80       | 0,86                     | 5,04         | 4,72              | 61,06            |
| Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                                | GSA450H | 30       | 0,28                     | 0,06         | 2,03              | 7,50             |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                    | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Apelsinai (augalinis)                                                 | IVN2A   | 100      | 0,80                     | 0,20         | 11,00             | 43,00            |
| <b>Viso</b>                                                           |         |          | <b>19,72</b>             | <b>20,01</b> | <b>97,98</b>      | <b>606,59</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI160A | 150      | 2,03                     | 2,91        | 10,38             | 70,12            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |
| Sklindžiai su obuoliais (A-1;3;7)                                   | AML2G   | 180      | 10,60                    | 10,04       | 66,79             | 393,21           |

|                       |        |     |              |              |               |               |
|-----------------------|--------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Grietinė 30% (A-7)    | IVN10B | 20  | 0,0          | 0,0          | 0,0           | 0,0           |
| Geriamas vanduo       | GĖR70A | 200 | 0            | 0            | 0             | 0             |
| Apelsinai (augalinis) | IVN2L  | 180 | 1,44         | 0,36         | 19,80         | 77,40         |
| <b>Viso</b>           |        |     | <b>16,01</b> | <b>13,63</b> | <b>112,66</b> | <b>611,89</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.   | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|----------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |          |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI160A  | 150      | 2,03                     | 2,91         | 10,38             | 70,12            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A  | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Kiaulienos nugarinės suktinukas (A-1;3)                             | AKM5957A | 80       | 18,03                    | 6,71         | 3,04              | 146,72           |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)(A-1)           | GGA21B   | 120      | 5,54                     | 3,79         | 30,89             | 172,03           |
| Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)                 | GSA573A  | 100      | 1,07                     | 6,30         | 5,89              | 76,32            |
| Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                              | GSA450H  | 30       | 0,28                     | 0,06         | 2,03              | 7,50             |
| Geriamas vanduo                                                     | GĖR70A   | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Apelsinai (augalinis)                                               | IVN2A    | 100      | 0,80                     | 0,20         | 11,00             | 43,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |          |          | <b>29,70</b>             | <b>20,29</b> | <b>78,93</b>      | <b>586,86</b>    |

2 savaitė antradienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)              | SRI9A   | 150      | 2,81                     | 2,99         | 10,70             | 73,30            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) (A-1;7)  | AKM206A | 100/0    | 13,08                    | 11,56        | 5,30              | 171,61           |
| Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)           | GGA7B   | 120      | 4,46                     | 3,88         | 30,76             | 167,91           |
| Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis) | GSA165B | 100      | 1,57                     | 5,12         | 10,39             | 85,61            |
| Kopūstų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                            | GSA613A | 30       | 0,40                     | 0,06         | 1,39              | 5,78             |
| Geriamas vanduo                                                     | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Obuoliai (augalinis)                                                | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |         |          | <b>24,67</b>             | <b>24,32</b> | <b>87,22</b>      | <b>628,37</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)              | SRI9A   | 150      | 2,81                     | 2,99         | 10,70             | 73,30            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Virti makaronai su daržovėmis (žirn,mork,svogūn) (tausojantis)(A-1) | AML24A  | 136/34   | 6,47                     | 3,38         | 42,58             | 225,42           |
| Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis) | GSA165B | 100      | 1,57                     | 5,12         | 10,39             | 85,61            |
| Kopūstų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                            | GSA613A | 30       | 0,40                     | 0,06         | 1,39              | 5,78             |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                  | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Obuoliai (augalinis)                                                | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |         |          | <b>19,39</b>             | <b>17,27</b> | <b>101,75</b>     | <b>618,27</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                  | Rp.Nr. | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------|--------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                        |        |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI9A  | 150      | 2,81                     | 2,99        | 10,70             | 73,30            |

|                               |         |     |              |              |               |               |
|-------------------------------|---------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Viso grūdo ruginė duona (A-1) | IVN137B | 20  | 1,30         | 0,22         | 10,46         | 47,44         |
| Mieliniai blynėliai (A-1;3;7) | AML222H | 160 | 11,52        | 8,92         | 71,30         | 405,73        |
| Grietinės 30% padažas (A-1;7) | PAD4C   | 30  | 0,55         | 4,97         | 2,08          | 55,34         |
| Geriamas vanduo               | GĖR70A  | 200 | 0            | 0            | 0             | 0             |
| Obuoliai (augalinis)          | IVN3K   | 180 | 0,72         | 0,72         | 23,40         | 95,40         |
| <b>Viso</b>                   |         |     | <b>16,89</b> | <b>17,82</b> | <b>117,95</b> | <b>677,21</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)              | SRI9A   | 150      | 2,81                     | 2,99         | 10,70             | 73,30            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Vištienos plovės (tausojantis)                                      | AKM190A | 200/0    | 12,71                    | 11,94        | 38,08             | 301,13           |
| Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis) | GSA165B | 100      | 1,57                     | 5,12         | 10,39             | 85,61            |
| Kopūstų ir agurkų rinkinukas (augalinis)                            | GSA613A | 30       | 0,40                     | 0,06         | 1,39              | 5,78             |
| Geriamas vanduo                                                     | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Obuoliai (augalinis)                                                | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                                         |         |          | <b>19,83</b>             | <b>20,84</b> | <b>89,25</b>      | <b>589,98</b>    |

2 savaitė trečiadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                              | Rp.Nr.  | Išeiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                    |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI28A  | 150      | 1,09                     | 1,54         | 8,83              | 50,88            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                      | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Bulvių plokštainis su vištiena (A-7)                               | ADR65B  | 180      | 11,60                    | 8,10         | 53,55             | 330,06           |
| Grietinės 30% padažas (A-1;7)                                      | PAD4A   | 20       | 0,37                     | 3,31         | 1,39              | 36,89            |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                 | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Kriaušė (augalinis)                                                | IVN4L   | 180      | 0,72                     | 0,54         | 24,12             | 93,60            |
| <b>Viso</b>                                                        |         |          | <b>21,52</b>             | <b>18,82</b> | <b>111,59</b>     | <b>686,59</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                              | Rp.Nr.  | Išeiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                    |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI28A  | 150      | 1,09                     | 1,54         | 8,83              | 50,88            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                      | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Avinžirnių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)(A-1)   | ADR322B | 200      | 14,61                    | 8,85         | 48,72             | 321,94           |
| Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)                   | GSA23A  | 120      | 1,42                     | 6,23         | 8,17              | 84,63            |
| Burokėlių ir agurkų rinkinukas (augalinis)                         | GSA611B | 30       | 0,38                     | 0,04         | 1,99              | 7,98             |
| Geriamas vanduo                                                    | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Kriaušė (augalinis)                                                | IVN4A   | 100      | 0,40                     | 0,30         | 13,40             | 52,00            |
| <b>Viso</b>                                                        |         |          | <b>19,84</b>             | <b>17,29</b> | <b>96,79</b>      | <b>588,59</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                              | Rp.Nr.  | Išeiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                                    |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI28A  | 150      | 1,09                     | 1,54        | 8,83              | 50,88            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                      | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |
| Maltas kiaulienos kepsnys su kmynais (A-1;3;7)                     | AKM131B | 80       | 14,50                    | 16,94       | 4,44              | 227,44           |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)(A-1)          | GGA21B  | 120      | 5,54                     | 3,79        | 30,89             | 172,03           |
| Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)                   | GSA23B  | 100      | 1,18                     | 5,19        | 6,81              | 70,52            |

|                                            |         |     |              |              |              |               |
|--------------------------------------------|---------|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Burokėlių ir agurkų rinkinukas (augalinis) | GSA611B | 30  | 0,38         | 0,04         | 1,99         | 7,98          |
| Geriamas vanduo                            | GĖR70A  | 200 | 0            | 0            | 0            | 0             |
| Kriaušė (augalinis)                        | IVN4A   | 100 | 0,40         | 0,30         | 13,40        | 52,00         |
| <b>Viso</b>                                |         |     | <b>25,04</b> | <b>28,13</b> | <b>82,04</b> | <b>652,02</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                              | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                    |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI28A  | 150      | 1,09                     | 1,54         | 8,83              | 50,88            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                      | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsos įdaru                | ADR25F  | 140/60   | 14,40                    | 12,21        | 55,21             | 383,91           |
| Grietinės 30% padažas (A-1;7)                                      | PAD4A   | 20       | 0,37                     | 3,31         | 1,39              | 36,89            |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                 | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Kriaušė (augalinis)                                                | IVN4M   | 190      | 0,76                     | 0,57         | 25,46             | 98,80            |
| <b>Viso</b>                                                        |         |          | <b>24,36</b>             | <b>22,96</b> | <b>114,58</b>     | <b>745,64</b>    |

2 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

**Pietūs**

| Patiekalo pavadinimas                                           | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                 |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI20A  | 150      | 3,14                     | 2,98         | 11,65             | 79,47            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                   | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Kepta vištiena (A-7)                                            | AKM56B  | 80       | 13,81                    | 12,55        | 0,14              | 168,85           |
| Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)                      | GGA5G   | 120      | 8,19                     | 5,33         | 45,03             | 256,59           |
| Burokėliai su užpilu (augalinis)                                | GSA84E  | 70       | 1,08                     | 3,57         | 7,15              | 59,37            |
| Švž. agurkai (augalinis)                                        | GSA2F   | 20       | 0,16                     | 0,04         | 0,46              | 2,20             |
| Švž. kopūstai (augalinis)                                       | GSA605A | 20       | 0,30                     | 0,04         | 1,08              | 4,40             |
| Geriamas vanduo                                                 | GER70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Mandarinai (augalinis)                                          | IVN145B | 100      | 0,70                     | 0,30         | 9,40              | 38,00            |
| <b>Viso</b>                                                     |         |          | <b>29,32</b>             | <b>25,13</b> | <b>90,60</b>      | <b>680,04</b>    |

**Pietūs 2 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                       |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)       | SRI20A  | 150      | 3,14                     | 2,98         | 11,65             | 79,47            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                         | IVN137D | 40       | 2,59                     | 0,44         | 20,92             | 94,89            |
| Grikių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | IKR169B | 200      | 9,05                     | 6,01         | 46,86             | 263,53           |
| Burokėliai su užpilu (augalinis)                                      | GSA84G  | 80       | 1,24                     | 4,08         | 8,17              | 67,85            |
| Švž. agurkai (augalinis)                                              | GSA2F   | 20       | 0,16                     | 0,04         | 0,46              | 2,20             |
| Švž. kopūstai (augalinis)                                             | GSA605A | 20       | 0,30                     | 0,04         | 1,08              | 4,40             |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                    | GER3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Mandarinai (augalinis)                                                | IVN145B | 100      | 0,70                     | 0,30         | 9,40              | 38,00            |
| <b>Viso</b>                                                           |         |          | <b>22,97</b>             | <b>18,88</b> | <b>106,54</b>     | <b>654,33</b>    |

**Pietūs 3 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                           | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                                 |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI20A  | 150      | 3,14                     | 2,98        | 11,65             | 79,47            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                   | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |
| Kepti/virti sūrinukai (A-1;7)                                   | AML44D  | 180      | 19,08                    | 10,27       | 69,51             | 440,94           |
| Grietinės 30% padažas (A-1;7)                                   | PAD4A   | 20       | 0,37                     | 3,31        | 1,39              | 36,89            |

|                        |         |     |              |              |               |               |
|------------------------|---------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Geriamas vanduo        | GĖR70A  | 200 | 0            | 0            | 0             | 0             |
| Mandarinas (augalinis) | IVN145C | 180 | 1,26         | 0,54         | 16,92         | 68,40         |
| <b>Viso</b>            |         |     | <b>25,79</b> | <b>17,43</b> | <b>115,16</b> | <b>696,86</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                           | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                 |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI20A  | 150      | 3,14                     | 2,98         | 11,65             | 79,47            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                   | IVN137B | 20       | 1,30                     | 0,22         | 10,46             | 47,44            |
| Maltas vištienos šnicelis (A-1;3)                               | AKM4B   | 80       | 12,31                    | 9,94         | 6,34              | 162,39           |
| Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)                      | GGA5G   | 120      | 8,19                     | 5,33         | 45,03             | 256,59           |
| Burokėliai su užpilu (augalinis)                                | GSA84G  | 80       | 1,24                     | 4,08         | 8,17              | 67,85            |
| Švž. agurkai (augalinis)                                        | GSA2F   | 20       | 0,16                     | 0,04         | 0,46              | 2,20             |
| Švž. kopūstai (augalinis)                                       | GSA605A | 20       | 0,30                     | 0,04         | 1,08              | 4,40             |
| Geriamas vanduo                                                 | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Mandarinas (augalinis)                                          | IVN145B | 100      | 0,70                     | 0,30         | 9,40              | 38,00            |
| <b>Viso</b>                                                     |         |          | <b>27,33</b>             | <b>22,92</b> | <b>92,59</b>      | <b>658,34</b>    |

2 savaitė penktadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                                           | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                                 |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI27A  | 150      | 1,86                     | 2,92         | 12,05             | 79,04            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                                   | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis) (A-1;3;4)                      | AŽU187B | 80       | 13,61                    | 7,92         | 8,84              | 160,30           |
| Bulvių tyrė (tausojantis) (A-7)                                                 | GGA8B   | 120      | 2,98                     | 0,63         | 22,28             | 105,50           |
| Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)                             | GSA70B  | 100      | 1,04                     | 6,28         | 5,64              | 75,41            |
| Morkų ir burokėlių rinkinukas (augalinis)                                       | GSA610C | 30       | 0,39                     | 0,04         | 2,73              | 10,20            |
| Geriamas vanduo                                                                 | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Bananas (augalinis)                                                             | IVN1A   | 100      | 1,20                     | 0,30         | 23,10             | 97,00            |
| <b>Viso</b>                                                                     |         |          | <b>23,02</b>             | <b>18,42</b> | <b>90,33</b>      | <b>598,62</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                                           | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                                 |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI27A  | 150      | 1,86                     | 2,92         | 12,05             | 79,04            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                                   | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Daržovių ir grikių kepinukai (augalinis) (tausojantis)                          | ADR185G | 170      | 5,96                     | 4,32         | 35,77             | 193,18           |
| Daržovių padažas (A-1)                                                          | PAD129C | 30       | 0,49                     | 2,27         | 4,06              | 36,68            |
| Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)                             | GSA70H  | 80       | 0,83                     | 5,03         | 4,51              | 60,33            |
| Morkų ir burokėlių rinkinukas (augalinis)                                       | GSA610C | 30       | 0,39                     | 0,04         | 2,73              | 10,20            |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                              | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Bananas (augalinis)                                                             | IVN1A   | 100      | 1,20                     | 0,30         | 23,10             | 97,00            |
| <b>Viso</b>                                                                     |         |          | <b>18,48</b>             | <b>20,21</b> | <b>105,91</b>     | <b>651,59</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                                           | Rp.Nr. | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                                                 |        |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI27A | 150      | 1,86                     | 2,92        | 12,05             | 79,04            |

|                               |         |     |              |              |               |               |
|-------------------------------|---------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Viso grūdo ruginė duona (A-1) | IVN137B | 20  | 1,30         | 0,22         | 10,46         | 47,44         |
| Kepti varškėčiai (A-1;3;7)    | AVR11B  | 180 | 26,52        | 22,04        | 42,94         | 474,63        |
| Uogų padažas                  | PAD103B | 20  | 0,11         | 0,10         | 3,30          | 12,12         |
| Geriamas vanduo               | GĖR70A  | 200 | 0            | 0            | 0             | 0             |
| Bananas (augalinis)           | IVN1J   | 180 | 2,16         | 0,54         | 41,58         | 174,60        |
| <b>Viso</b>                   |         |     | <b>31,95</b> | <b>25,81</b> | <b>110,33</b> | <b>787,83</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                                           | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                                 |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | SRI27A  | 150      | 1,86                     | 2,92         | 12,05             | 79,04            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                                   | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Vištienos ir grikių troškiny (tausojantis)                                      | AKM205D | 180/0    | 16,31                    | 10,76        | 37,54             | 307,43           |
| Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)                             | GSA70B  | 100      | 1,04                     | 6,28         | 5,64              | 75,41            |
| Morkų ir burokėlių rinkinukas (augalinis)                                       | GSA610C | 30       | 0,39                     | 0,04         | 2,73              | 10,20            |
| Geriamas vanduo                                                                 | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Bananas (augalinis)                                                             | IVN1A   | 100      | 1,20                     | 0,30         | 23,10             | 97,00            |
| <b>Viso</b>                                                                     |         |          | <b>22,74</b>             | <b>20,63</b> | <b>96,75</b>      | <b>640,24</b>    |

3 savaitė pirmadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp.Nr.   | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|------------------------------------------------------------------------|----------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                        |          |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI19A   | 150      | 1,17                     | 2,17         | 7,80              | 50,24            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                          | IVN137A  | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Troškinta vištiena su česnakais (tausojantis)                          | AKM5935B | 80       | 15,52                    | 11,45        | 1,51              | 170,54           |
| Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)                        | GGA23B   | 120      | 4,72                     | 2,34         | 33,14             | 176,81           |
| Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)       | GSA525A  | 100      | 1,11                     | 5,23         | 7,92              | 76,22            |
| Švž. pomidorai (augalinis)                                             | GSA88F   | 20       | 0,20                     | 0,04         | 0,82              | 3,40             |
| Švž. agurkai (augalinis)                                               | GSA2F    | 20       | 0,16                     | 0,04         | 0,46              | 2,20             |
| Geriamas vanduo                                                        | GĖR70A   | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Kriaušė (augalinis)                                                    | IVN4A    | 100      | 0,40                     | 0,30         | 13,40             | 52,00            |
| <b>Viso</b>                                                            |          |          | <b>25,23</b>             | <b>21,90</b> | <b>80,74</b>      | <b>602,57</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                                                | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                                      |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)               | SRI19A  | 150      | 1,17                     | 2,17         | 7,80              | 50,24            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                                        | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Pupelių ir daržovių troškiny su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1) | ADR183B | 250      | 15,19                    | 10,65        | 55,12             | 337,10           |
| Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)                     | GSA525A | 100      | 1,11                     | 5,23         | 7,92              | 76,22            |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                                                   | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Kriaušė (augalinis)                                                                  | IVN4A   | 100      | 0,40                     | 0,30         | 13,40             | 52,00            |
| <b>Viso</b>                                                                          |         |          | <b>25,62</b>             | <b>23,68</b> | <b>107,93</b>     | <b>690,73</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|------------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                                        |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI19A  | 150      | 1,17                     | 2,17        | 7,80              | 50,24            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                          | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |

|                                                                  |         |     |              |              |              |               |
|------------------------------------------------------------------|---------|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis) (A-1;3)              | AKM15B  | 80  | 12,26        | 9,40         | 7,08         | 160,25        |
| Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)                  | GGA23B  | 120 | 4,72         | 2,34         | 33,14        | 176,81        |
| Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis) | GSA525A | 100 | 1,11         | 5,23         | 7,92         | 76,22         |
| Švž. agurkai (augalinis)                                         | GSA2F   | 20  | 0,16         | 0,04         | 0,46         | 2,20          |
| Geriamas vanduo                                                  | GĖR70A  | 200 | 0            | 0            | 0            | 0             |
| Kriaušė (augalinis)                                              | IVN4A   | 100 | 0,40         | 0,30         | 13,40        | 52,00         |
| <b>Viso</b>                                                      |         |     | <b>21,76</b> | <b>19,81</b> | <b>85,48</b> | <b>588,89</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp.Nr.  | Išeiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|------------------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                        |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI19A  | 150      | 1,17                     | 2,17         | 7,80              | 50,24            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                          | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Miltiniai blynėliai (A-1;3;7)                                          | AML26B  | 160      | 11,05                    | 9,17         | 71,05             | 405,53           |
| Grietinė 30% (A-7)                                                     | IVN10B  | 20       | 0,0                      | 0,0          | 0,0               | 0,0              |
| Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)                                  | GĖR63A  | 200      | 3,67                     | 4,17         | 4,96              | 74,28            |
| Kriaušė (augalinis)                                                    | IVN4L   | 180      | 0,72                     | 0,54         | 24,12             | 93,60            |
| <b>Viso</b>                                                            |         |          | <b>18,55</b>             | <b>16,38</b> | <b>123,62</b>     | <b>694,81</b>    |

3 savaitė antradienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                         | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                               |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI11A  | 150      | 0,74                     | 2,81         | 5,64              | 50,51            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                 | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Kiaulienos maltinis (A-1;3)                                   | AKM93C  | 70       | 10,62                    | 13,80        | 6,68              | 191,95           |
| Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)     | GGA7B   | 120      | 4,46                     | 3,88         | 30,76             | 167,91           |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)        | GSA43J  | 70       | 0,90                     | 3,62         | 7,44              | 60,84            |
| Švž. pomidorai (augalinis)                                    | GSA88F  | 20       | 0,20                     | 0,04         | 0,82              | 3,40             |
| Morkų lazdelės (augalinis)                                    | GSA417J | 20       | 0,20                     | 0,04         | 1,74              | 6,20             |
| Geriamas vanduo                                               | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Mandarinai (augalinis)                                        | IVN145B | 100      | 0,70                     | 0,30         | 9,40              | 38,00            |
| <b>Viso</b>                                                   |         |          | <b>19,76</b>             | <b>24,81</b> | <b>78,17</b>      | <b>589,98</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                         | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                               |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI11A  | 150      | 0,74                     | 2,81         | 5,64              | 50,51            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                 | IVN137D | 40       | 2,59                     | 0,44         | 20,92             | 94,89            |
| Daržovių košė su žirniais (tausojantis) (augalinis)           | ADR364A | 230      | 13,38                    | 11,45        | 44,49             | 310,86           |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)        | GSA43F  | 120      | 1,54                     | 6,20         | 12,75             | 104,30           |
| Morkų lazdelės (augalinis)                                    | GSA417J | 20       | 0,20                     | 0,04         | 1,74              | 6,20             |
| Geriamas vanduo                                               | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Mandarinai (augalinis)                                        | IVN145B | 100      | 0,70                     | 0,30         | 9,40              | 38,00            |
| <b>Viso</b>                                                   |         |          | <b>19,15</b>             | <b>21,23</b> | <b>94,94</b>      | <b>604,76</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                         | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                               |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI11A  | 150      | 0,74                     | 2,81        | 5,64              | 50,51            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                 | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |

|                                                  |         |     |              |              |              |               |
|--------------------------------------------------|---------|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Avižinių dribsnių ir obuolių blynėliai (A-1,3,7) | AML142D | 180 | 12,02        | 19,09        | 58,52        | 441,94        |
| Grietinė 30% (A-7)                               | IVN10B  | 20  | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0           |
| Geriamas vanduo                                  | GĖR70A  | 200 | 0            | 0            | 0            | 0             |
| Mandarinai (augalinis)                           | IVN145C | 180 | 1,26         | 0,54         | 16,92        | 68,40         |
| <b>Viso</b>                                      |         |     | <b>15,97</b> | <b>22,77</b> | <b>96,77</b> | <b>632,02</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                         | Rp.Nr.  | Išeiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                               |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI11A  | 150      | 0,74                     | 2,81         | 5,64              | 50,51            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                 | IVN137D | 40       | 2,59                     | 0,44         | 20,92             | 94,89            |
| Lietuviškas kiaulienos karbonadas (A-1;3)                     | AKM62B  | 80       | 18,04                    | 6,75         | 2,75              | 145,97           |
| Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)     | GGA7B   | 120      | 4,46                     | 3,88         | 30,76             | 167,91           |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)        | GSA43B  | 100      | 1,28                     | 5,17         | 10,62             | 86,92            |
| Morkų lazdelės (augalinis)                                    | GSA417J | 20       | 0,20                     | 0,04         | 1,74              | 6,20             |
| Geriamas vanduo                                               | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Mandarinai (augalinis)                                        | IVN145B | 100      | 0,70                     | 0,30         | 9,40              | 38,00            |
| <b>Viso</b>                                                   |         |          | <b>28,01</b>             | <b>19,37</b> | <b>81,83</b>      | <b>590,39</b>    |

UAB „SCYLLA“  
Dietologė  
Klaipėda

3 savaitė trečiadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                    | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|----------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                          |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)  | SRI474A | 150      | 3,08                     | 3,42         | 10,39             | 82,77            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                            | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Kiauliena troškinta su šviežiais kopūstais (tausojantis) | AKM449D | 120      | 14,23                    | 19,35        | 4,20              | 244,22           |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)                  | GGA1B   | 100      | 2,29                     | 0,11         | 20,99             | 92,91            |
| Morkų lazdelės (augalinis)                               | GSA417E | 100      | 1,00                     | 0,20         | 8,70              | 31,00            |
| Švž. burokėliai (augalinis)                              | GSA604A | 20       | 0,32                     | 0,02         | 1,90              | 7,40             |
| Geriamas vanduo                                          | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Bananas (augalinis)                                      | IVN1A   | 100      | 1,20                     | 0,30         | 23,10             | 97,00            |
| <b>Viso</b>                                              |         |          | <b>24,08</b>             | <b>23,74</b> | <b>84,98</b>      | <b>626,46</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                         |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI474A | 150      | 3,08                     | 3,42         | 10,39             | 82,77            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                           | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Plovas su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)          | AKM536A | 200      | 4,65                     | 10,25        | 40,90             | 258,77           |
| Morkų lazdelės (augalinis)                              | GSA417C | 70       | 0,70                     | 0,14         | 6,09              | 21,70            |
| Švž. burokėliai (augalinis)                             | GSA604A | 20       | 0,32                     | 0,02         | 1,90              | 7,40             |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                      | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Bananas (augalinis)                                     | IVN1A   | 100      | 1,20                     | 0,30         | 23,10             | 97,00            |
| <b>Viso</b>                                             |         |          | <b>17,70</b>             | <b>19,46</b> | <b>106,08</b>     | <b>642,80</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                         |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI474A | 150      | 3,08                     | 3,42        | 10,39             | 82,77            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                           | IVN137B | 20       | 1,30                     | 0,22        | 10,46             | 47,44            |
| Ryžių apkepas su varške 9% (tausojantis) (A-1;3;7)      | AAP7D   | 170      | 11,03                    | 8,43        | 55,13             | 334,39           |
| Grietinė 30% (A-7)                                      | IVN10B  | 20       | 0,0                      | 0,0         | 0,0               | 0,0              |

|                     |        |     |              |              |               |               |
|---------------------|--------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Geriamas vanduo     | GĖR70A | 200 | 0            | 0            | 0             | 0             |
| Bananas (augalinis) | IVN1J  | 180 | 2,16         | 0,54         | 41,58         | 174,60        |
| <b>Viso</b>         |        |     | <b>17,57</b> | <b>12,61</b> | <b>117,57</b> | <b>639,20</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                         |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI474A | 150      | 3,08                     | 3,42         | 10,39             | 82,77            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                           | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Natūralus maltas kiaulienos pjausnys (A-1;3)            | AKM75B  | 80       | 11,93                    | 15,81        | 5,80              | 211,50           |
| Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)               | GGA4E   | 120      | 2,76                     | 4,05         | 29,86             | 160,83           |
| Morkų lazdelės (augalinis)                              | GSA417E | 100      | 1,00                     | 0,20         | 8,70              | 31,00            |
| Švž. burokėliai (augalinis)                             | GSA604A | 20       | 0,32                     | 0,02         | 1,90              | 7,40             |
| Geriamas vanduo                                         | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Bananas (augalinis)                                     | IVN1A   | 100      | 1,20                     | 0,30         | 23,10             | 97,00            |
| <b>Viso</b>                                             |         |          | <b>22,24</b>             | <b>24,14</b> | <b>95,45</b>      | <b>661,67</b>    |

"Lietuvos  
 Respublikos"  
 Sveikatos apsaugos  
 ministerijos  
 Valstybinio maisto  
 saugumo centro  
 Vilnius

3 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                     | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                           |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)      | SRI22C  | 150      | 1,44                     | 2,90         | 7,36              | 57,99            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                             | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Virtos vištienos maltinis (tausojantis) (A-1;3;7)         | AKM33B  | 80       | 13,55                    | 9,65         | 9,90              | 178,32           |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1) | GGA6D   | 120      | 3,81                     | 4,01         | 29,24             | 160,06           |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)           | GSA35B  | 100      | 1,34                     | 5,19         | 6,66              | 71,42            |
| Burokėlių ir agurkų rinkinukas (augalinis)                | GSA611B | 30       | 0,38                     | 0,04         | 1,99              | 7,98             |
| Geriamas vanduo                                           | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Obuoliai (augalinis)                                      | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                               |         |          | <b>22,87</b>             | <b>22,52</b> | <b>83,84</b>      | <b>599,93</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|---------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                         |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)    | SRI22C  | 150      | 1,44                     | 2,90         | 7,36              | 57,99            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                           | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Daržovių kotletukai su žirnių miltais (augalinis) (A-1) | ADR362A | 220      | 6,77                     | 11,68        | 49,88             | 315,57           |
| Daržovių padažas (A-1)                                  | PAD129B | 20       | 0,33                     | 1,52         | 2,70              | 24,46            |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)         | GSA35H  | 60       | 0,81                     | 3,11         | 4,00              | 42,85            |
| Burokėlių ir agurkų rinkinukas (augalinis)              | GSA611B | 30       | 0,38                     | 0,04         | 1,99              | 7,98             |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                      | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Obuoliai (augalinis)                                    | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                             |         |          | <b>17,88</b>             | <b>24,98</b> | <b>102,62</b>     | <b>677,01</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |             |                   | Energetinė vertė |
|------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|-------------|-------------------|------------------|
|                                                      |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g. | Angliavandeniai g |                  |
| Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI22C  | 150      | 1,44                     | 2,90        | 7,36              | 57,99            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                        | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33        | 15,69             | 71,17            |

|                                                   |        |       |              |              |              |               |
|---------------------------------------------------|--------|-------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Lietiniai blynėliai su varškės 9% įdaru (A-1;3;7) | AML10F | 200/0 | 16,60        | 15,38        | 45,47        | 384,03        |
| Grietinė 30% (A-7)                                | IVN10B | 20    | 0,0          | 0,0          | 0,0          | 0,0           |
| Geriamas vanduo                                   | GĖR70A | 200   | 0            | 0            | 0            | 0             |
| Obuoliai (augalinis)                              | IVN3J  | 190   | 0,76         | 0,76         | 24,70        | 100,70        |
| <b>Viso</b>                                       |        |       | <b>20,75</b> | <b>19,37</b> | <b>93,23</b> | <b>613,89</b> |

**Pietūs 4 variantas**

| Patiekalo pavadinimas                                     | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                           |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)      | SRI22C  | 150      | 1,44                     | 2,90         | 7,36              | 57,99            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                             | IVN137D | 40       | 2,59                     | 0,44         | 20,92             | 94,89            |
| Kepta vištienos filė (A-1;3)                              | AKM256B | 80       | 19,34                    | 10,95        | 2,93              | 149,12           |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1) | GGA6D   | 120      | 3,81                     | 4,01         | 29,24             | 160,06           |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)           | GSA35B  | 100      | 1,34                     | 5,19         | 6,66              | 71,42            |
| Burokėlių ir agurkų rinkinukas (augalinis)                | GSA611B | 30       | 0,38                     | 0,04         | 1,99              | 7,98             |
| Geriamas vanduo                                           | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Obuoliai (augalinis)                                      | IVN3A   | 100      | 0,40                     | 0,40         | 13,00             | 53,00            |
| <b>Viso</b>                                               |         |          | <b>29,32</b>             | <b>23,93</b> | <b>82,10</b>      | <b>594,46</b>    |

3 savaitė penktadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

## Pietūs

| Patiekalo pavadinimas                                     | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                           |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)                   | SRI21A  | 150      | 3,31                     | 2,28         | 11,89             | 75,99            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                             | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Lydekų filė maltinukas (tausojantis) (A-1;3;4)            | AŽU46B  | 80       | 14,37                    | 3,67         | 8,40              | 122,72           |
| Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)                | GGA5G   | 120      | 8,19                     | 5,33         | 45,03             | 256,59           |
| Kopūstų, pomidorų ir porų salotos su aliejumi (augalinis) | GSA572A | 110      | 1,51                     | 5,28         | 5,58              | 68,60            |
| Morkų ir burokėlių rinkinukas (augalinis)                 | GSA610C | 30       | 0,39                     | 0,04         | 2,73              | 10,20            |
| Geriamas vanduo                                           | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Apelsinai (augalinis)                                     | IVN2A   | 100      | 0,80                     | 0,20         | 11,00             | 43,00            |
| <b>Viso</b>                                               |         |          | <b>30,52</b>             | <b>17,13</b> | <b>100,32</b>     | <b>648,27</b>    |

## Pietūs 2 variantas

| Patiekalo pavadinimas                               | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                     |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)             | SRI21A  | 150      | 3,31                     | 2,28         | 11,89             | 75,99            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                       | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Virtų bulvių blynai su daržovėmis (augalinis) (A-1) | ADR363A | 170      | 4,61                     | 7,51         | 41,23             | 242,64           |
| Daržovių padažas (A-1)                              | PAD129C | 30       | 0,49                     | 2,27         | 4,06              | 36,68            |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                  | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Apelsinai (augalinis)                               | IVN2M   | 160      | 1,28                     | 0,32         | 17,60             | 68,80            |
| <b>Viso</b>                                         |         |          | <b>17,44</b>             | <b>17,71</b> | <b>98,47</b>      | <b>599,28</b>    |

## Pietūs 3 variantas

| Patiekalo pavadinimas                   | Rp.Nr.  | Išėiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|-----------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                         |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRI21A  | 150      | 3,31                     | 2,28         | 11,89             | 75,99            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)           | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Varškėčiai su kukurūzų miltais (A-3;7)  | AVR50F  | 180      | 26,56                    | 21,26        | 42,40             | 469,24           |
| Uogų padažas                            | PAD103B | 20       | 0,11                     | 0,10         | 3,30              | 12,12            |
| Geriamas vanduo                         | GĖR70A  | 200      | 0                        | 0            | 0                 | 0                |
| Apelsinai (augalinis)                   | IVN2L   | 180      | 1,44                     | 0,36         | 19,80             | 77,40            |
| <b>Viso</b>                             |         |          | <b>33,37</b>             | <b>24,32</b> | <b>93,08</b>      | <b>705,92</b>    |

## Pietūs 4 variantas

| Patiekalo pavadinimas                                          | Rp.Nr.  | Išeiga g | Patiekalo maistinė vertė |              |                   | Energetinė vertė |
|----------------------------------------------------------------|---------|----------|--------------------------|--------------|-------------------|------------------|
|                                                                |         |          | Baltymai g.              | Riebalai g.  | Angliavandeniai g |                  |
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)                        | SRI21A  | 150      | 3,31                     | 2,28         | 11,89             | 75,99            |
| Viso grūdo ruginė duona (A-1)                                  | IVN137A | 30       | 1,94                     | 0,33         | 15,69             | 71,17            |
| Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis) (A-3) | ADR24B  | 200/0    | 10,88                    | 10,97        | 44,75             | 317,21           |
| Grietinės 30% padažas (A-1;7)                                  | PAD4A   | 20       | 0,37                     | 3,31         | 1,39              | 36,89            |
| Kefyras 2,5% (A-7)                                             | GĖR3A   | 200      | 5,80                     | 5,00         | 8,00              | 104,00           |
| Apelsinai (augalinis)                                          | IVN2N   | 190      | 1,52                     | 0,38         | 20,90             | 81,70            |
| <b>Viso</b>                                                    |         |          | <b>23,83</b>             | <b>22,26</b> | <b>102,62</b>     | <b>686,96</b>    |

UAB „SOLGAR“  
 P.Š. V. 12.12.2014  
 12.12.2014