

Panevėžio lopšelis-darželis „Pasaka“

15 dienų valgiaraštis

1–3 metų amžius

Įstaigos darbo laikas

7:00–18:18

Tvirtinu

Direktorė Alma Simonavičienė

2023 m. 03 mėn. 28 d.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (82 %)(tausojantis)	N96	150	5,73	6,65	21,04	190,57
Duona su sviestu 82%	2	30/5	1,24	0,41	14,80	62,83
Kmynų arbata	4	100	0,45	0,33	6,11	27,24
Vaisiai		100	0,16	0,16	5,20	21,20
Iš viso:			7,56	7,55	47,15	301,84

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šv.kopūstų sriuba(tausojantis augalinis)	Sr5	100	1,40	4,30	5,95	62,14
Duona	Š-1	30	2,22	0,39	0,50	65,10
Virtos pieniškos dešrelės(su pomid.padažu)	Nr 28	100/15	7,77	28,47	4,50	303,54
Bulvių košė	Nr.2	80	1,32	5,29	8,32	53,38
Šv.daržovės(pomid.agurkai)	1	60	0,50	0,11	1,74	8,55
Iš viso:			13,20	38,56	21,01	492,71

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su varške	76	100	10,85	12,95	36,20	250,22
Grietinė 30%	8	10	0,32	4,00	0,41	39,07
Uogienė	9	10	0,03		7,09	27,10
Vaisių gėrimas be cukraus	G1	100	0,125	0,10	13,70	8,55
Iš viso:			11,33	17,05	57,40	338,17
Iš viso (dienos davinio):			32,09	63,16	125,56	1132,72



I sav.
ANTRADIENIS

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kr. košė su sviestu 82%	A95	120/5/20	5,92	7,25	27,11	188,15
Sūrio lazda, pik-nik,,	S-1	20	0,05	0,04	0,32	25,16
Traškučiai (duonos l.)	D-2	20	1,18	0,33	9,73	44,80
Arbata su pienu 2,5%	G-3	150	3,32	2,44	9,77	74,35
Iš viso:			10,47	10,06	46,93	317,99

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sr. su mėsa	10	150/25	2,34	4,33	17,58	101,11
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Kepta paukštiena	22	60	14,20	4,82	0,52	116,24
Virti makaronai	64	100	4,07	5,48	27,83	180,30
Šv. daržovės (pomid. agurkai žiedinis kopūst)	1	100	2,20	2,00	18,50	75,00
Iš viso:			24,69	16,91	84,35	550,65

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su ryžiais	83	127	14,39	11,08	11,16	257,23
Grietinė (30%)	8	15	0,36	4,50	0,47	43,95
Šald. šv. uogos (uogėnė)	10	15	0,04		10,64	40,65
Vaisių gėrimas be cukraus	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			14,91	15,68	15,35	363,61
Iš viso (dienos davinio):			50,07	42,65	146,63	1232,25

1 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė(tausojantis)	K5	150	4,82	2,10	20,18	127,13
Uogienė	9	30/5	2,39	2,28	12,80	48,23
Sausainiukai	D-2	15	0,89	0,25	7,30	33,60
Kakava su pienu 2,5%	G-5	100	2,42	1,84	6,97	52,72
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			10,68	6,47	52,45	282,88

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba	25	100	1,12	4,61	7,13	68,91
Duona	Š1	30	1,25	0,19	13,28	52,00
Kiaulienos,,Zuikis,,	A19	60	13,48	6,26	3,09	223,00
Birūs gričiai	96/1	75	1,61	4,39	8,70	89,29
Konser.agurkai	12	40	0,68		0,32	3,84
Šv.agurkai,paprika	1	50	0,52	0,12	1,48	7,04
Iš viso:			18,66	15,57	34,00	444,08

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos-keptos bulvės	52	130	4,14	7,33	24,16	178,25
Duona su sviestu 82%	2	30,/5	0,15	4,13	1,21	42,85
Šv.daržovės(pom.agur.)	1	60	0,50	0,11	1,74	8,55
Rūgpienis	4	100	3,40	2,50	4,90	60,00
Iš viso:			8,19	14,07	32,01	289,65
Iš viso (dienos davinio):			37,53	36,11	118,46	1016,61

1 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sviestu (82%)(tausojantis)	64	120	5,10	5,13	35,82	164,33
Kons.agurk.žirneliai	12	55	1,36		0,64	7,68
Vaisinė arbata	G6	100			7,50	29,62
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			6,62	5,13	49,16	222,83

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba(tausojanti)	Sr1	100	3,31	4,51	10,00	97,62
Duona	D-1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Vištienos plovos(tausojantis)	3	100/50	19,28	9,66	28,61	292,17
Švieži pomidorai,paprika,agurkai	1	75	1,7	0,15	8,94	20,84
Iš viso:			26,17	14,60	67,47	488,63

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	81	100	11,15	9,26	13,40	181,57
Šv.uogos(pagal sezoną)	10	50	0,08		5,20	21,20
Grietinė 30%	8	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Vaisių gėrimas be c.	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			11,82	15,36	32,92	283,15
Iš viso (dienos davinio):			44,61	35,09	149,81	994,61

α



1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	88	80	7,19	13,38	1,23	163,35
Duona su sviestu82%	2	30/5	0,04	0,23	2,60	10,85
Konservuoti kukurūzai, šv. agurkai	12	20/25	0,18	0,04	0,70	3,20
Kmynų arbata	4	100	0,30	0,30	4,06	18,16
Vaisiai		100	0,16		5,20	21,20
Iš viso:			7,87	13,95	13,79	252,76

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su mėsos kukuliais(,tausojanči)	Nr.1 6	150/18	4,88	4,53	7,34	87,76
Duona	Š1	30	1,88	0,28	19,92	56,00
Žuvies maltinis tausoj	A32	60	9,52	9,17	10,22	182,10
Virtos bulvės	11	50	0,50	0,04	5,26	24,51
Burokėlių salotos su tyru alyvuogių aliejumi	2	50	0,82	6,09	4,92	44,00
Šv. agurkai	1	25	0,26	0,05	1,08	5,12
Iš viso:			17,86	20,16	48,74	399,49

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	27	100	4,52	4,82	13,62	118,00
Duona su sviestu82% ir fermentiniu sūriu40%	3	35/5/15	9,54	10,71	12,26	179,98
Vaisių gėrimas be c.	G-1	100	0,125	0,10	2,26	21,78
Iš viso:			14,19	15,63	28,14	319,76
Iš viso (dienos davinio):			39,92	49,74	90,67	971,92

Tvirtinu 2024 05 31

Direktoriui patvirtinti
kardumai einanti
L. Karuška



2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu 82%	A95	150/5	6,01	6,44	26,38	185,46
Duonelė su sviestu 82%	2	30/5	0,27	5,63	1,36	57,45
Arbata su pienu 2,5%	G3	100	2,42	1,84	6,97	52,72
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			9,03	14,24	47,71	323,96

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojanti)	Nr.5	100	3,88	3,85	14,82	112,05
Duona	D-1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Makaronai su mėsos padažu	64	150/37	19,52	1,55	38,79	249,98
Švieži pomidorai, agurkai	1	25/25	0,43	0,10	2,15	10,25
Iš viso:			25,71	5,78	75,68	450,28

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas 9% (varškė)	82	150	17,94	10,94	21,40	207,23
Grietinė 30%	8	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Šviežios uogos	10	15	0,03		4,50	17,10
Vaisinis gėrimas be cukraus	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			18,57	17,04	40,22	304,71
Iš viso (dienos davinio):			53,34	37,06	163,61	1078,95

18.12.2024 09.31
 Dr. pavaduotojas
 Valerijus Vaidys
 V. Vaidys



2 savaitė
 Antradienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kr.košė su sviestu 82%	96	150/5	4,85	5,07	24,21	157,50
Kepti sumuštiniai su ferm.sūriu40%	4	25/5/15	4,40	2,50	12,90	92,00
Kakava su pienu 2,5%	G-5	100	2,42	1,84	6,13	49,42
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			12,00	9,74	56,24	327,25

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kr.sriuba su mėsa	SR.10	100/23	1,17	4,34	8,89	124,37
Paukštienos šnicelis	4	65	12,45	7,90	4,59	153,80
Duona	D-1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Bulvių-morkų košė	16	80	1,67	1,71	12,24	68,85
Šv kopūstai, šv.pomidorai ,cukinija	S-22	50	0,52	4,08	2,31	42,62
Iš viso:			17,69	18,31	47,95	467,64

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	88	54	4,93	7,47	3,05	138,02
Duona su sviestu82%,	2	30/5	0,15	4,13	1,21	42,85
Švieži agurkai,pomidorai	1	25/25	0,40	0,10	1,15	5,50
Vaisinis gėrimas be cukraus	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			5,59	11,80	19,11	208,15
Iš viso (dienos davinio):						1003,04

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė	A95	150/20	6,01	6,44	26,38	185,46
Keksiukai	6	30	15,03	5,01	12,46	148,90
Arbata su citrina	G-2	100			3,51	14,25
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			21,04	11,78	55,35	376,94

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojanti)	Sr.2 5	100	0,86	6,68	4,40	85,58
Duona	D-1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Dičkukuliai su mėsa	41	150/50	12,31	8,79	32,37	180,33
Grietinės - sviesto padažas	6	20	0,26	7,88	0,34	73,14
Iš viso:			16,03	23,75	53,15	417,05

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (varškė 9%)	81	150	16,73	13,89	20,10	272,36
Grietinė 30%	8	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Uogienė	9	15	0,09		15,00	22,50
Vaisių gėrimas be cukraus	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
			17,50	19,99	49,42	375,24
Iš viso (dienos davinio):			54,57	55,52	157,92	1169,23

15.12.2024 05.31
Direktorius pavaduotoja
L. Kucinskiene
Lietuvos Respublikos
Šilutės rajono savivaldybės
Šilutės lopšelis-darželis "Pasaka"



2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių drieb.košė su sviest.	A98	150/4	5,54	5,52	19,76	210,45
Plėšomos sūrio lazdelės	S1	20	0,04	0,32	0,32	25,16
Kmynų arbata	G4	100	0,30	0,22	4,07	18,16
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			6,21	6,39	37,15	282,10

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sr.(tausojanti)	5	100	1,11	4,44	10,35	62,14
Duona	D-1	30	1,88	0,28	19,92	78,00
Vištienos-kiaulienos maltinis(tausojantis)	19	70	15,14	7,51	3,97	144,05
Virtos bulvės	1	80	0,97	0,08	9,56	40,34
Šv. pomidoras,agurkas,paprika	1	75	0,75	0,30	4,35	50,56
Iš viso:			19,85	12,61	38,59	375,09

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su varške	80	100	10,85	11,62	36,21	183,55
Grietinė,šv.uogos	8/10	20/20	0,49	4,20	2,06	71,20
Vaisių gėrimas be cukraus	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
			11,45	15,92	51,97	276,53
Iš viso (dienos davinio):			37,51	34,92	127,71	933,72



2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kr.košė (tausojanti)	K-91	150	4,92	5,60	32,04	187,04
Uogienė	9	15	0,05	-	10,64	40,65
Traškučiai	D-2	20	1,58	0,90	10,38	43,40
Vaisinė arbata	6	100	0,20		4,95	2,25
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			7,08	6,83	71,01	301,67

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė su mėsos kukuliais	23	100/18	4,85	5,11	12,03	131,50
Duona	D-1	30	1,25	1,18	13,28	52,00
Žuvies maltinis	32	60	9,52	9,17	10,22	182,30
Bulvių košė	2	80	0,78	0,06	7,65	32,27
Burokėliai su alyvuogių aliejumi, šv.agurkai	2	45/25	0,82	6,09	4,92	73,12
Iš viso:			17,22	21,61	48,10	470,99

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu 82%	64	120/5	12,72	11,22	33,26	278,88
Švieži pomidorai, agurkai	S-1	25/25	0,50	0,20	2,90	23,50
Vaisių gėrimas be cukraus	G-1	100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			13,55	11,75	49,16	330,71
Iš viso (dienos davinio):			37,85	40,19	114,27	1142,70

L. Jankaitė

3 savaitė
Pirmadienis

2024-11-04
Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
pavadojanti direktorių
Kristina Kurickienė

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė	91	150	4,92	5,60	32,04	147,04
Uogienė	9	20	0,06	-	14,18	54,20
Duonelė su sviestu(82%)	2	25/5	0,27	5,63	1,36	57,45
Arbata su citrina	G-2	100			5,37	14,25
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			5,58	11,46	65,95	301,27

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis	Sr.2 4	100	1,36	3,31	10,36	85,32
Duona	Š1	30	1,73	0,26	10,69	52,00
Bulvių plokštainis su paukštiena	35	180/4 0	15,83	5,18	29,91	225,89
Jogurtinis-grietinės padažas	14	30	0,60	1,80	0,90	22,40
			19,52	10,55	51,89	385,61

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu82%	64	120/3 0	12,72	11,22	33,26	278,80
Pomidorų padažas	13	15	0,59	0,08	3,56	16,50
Šv.daržovės(pomidorai,a gurkai)	12	60	-	-	0,70	3,20
Vaisinis gėrimas be cuk.	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			13,42	11,40	51,22	320,28
Iš viso (dienos davinio):			38,52	33,41	169,06	1007,16

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su sviestu 82%	94	150	5,82	6,60	28,54	189,75
Duona su sviestu 82%	D-2	30/5	0,15	4,13	1,21	42,85
Sezoniniai vaisiai uogos		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Kakava su pienu 2,5%	G-5	100	2,33	1,84	10,57	52,72
			8,63	12,90	53,32	313,65

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sr. su mėsa	26	100	5,23	4,93	1,85	101,65
Duona	D-1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Maltos kiaušienos kepsnelis	10	60	10,74	9,08	0,60	126,55
Birūs ryžiai	91/1	80	2,06	3,18	22,14	120,86
Šv. agurkai, kons. kukurūzai	12	50	0,41	4,81	1,40	47,54
Iš viso:			21,04	22,40	42,03	474,60

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su ryžiais (varškė 9%) (tauso.)	83	127	14,39	11,08	15,07	207,23
Grietinės (30%)	8	15	0,36	4,50	0,47	43,95
Šaldytos uogos (uogienė)	10	20	0,06	-	14,18	54,20
Vaisinis gėrimas be cuk.	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			14,92	15,68	43,42	327,16
Iš viso (dienos davinio):			44,59	50,98	138,77	1115,41

3 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu(82%)uogiene	92	150/5/5	5,10	5,13	35,82	164,33
Riostainiai	D-2	20	1,18	0,33	9,73	44,80
Vaisinė arbata	G-6	100	-	-	7,50	29,62
Vaisiai		100	0,33	0,33	13,00	28,33
Iš viso:			6,61	5,79	66,05	267,08

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis,tausojanti)	Sr1	100	3,31	4,51	10,00	97,62
Duona	D-1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Žemaičių blynai su paukštiena(tausojanti)	40	100	5,94	10,55	10,15	158,92
Grietinės30%-sviesto82%padažas	6	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Iš viso:			12,64	25,98	36,58	432,06

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškėtukai,,Ežiukai,,	80	150	14,48	6,63	32,34	210,0
Grietinės30%sviesto 82%	6	15	0,26	7,88	0,34	73,14
Vaisinis gėrimas be cukr.	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			14,85	14,61	46,38	304,92
Iš viso (dienos davinio):			34,10	46,38	149,01	1004,06



3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu(82%)(tausojančis)	96	100/5	4,85	5,07	24,21	157,50
Duonelė su sviestu(82%) ir fermentiniu sūriu(40%)	3	30/5/20	0,90	12,00	12,0	84,60
Sezoniniai vaisiai		100	0,45	-	28,13	40,50
Kmynų arbata	G-4	100	0,45	0,33	6,11	27,24
Iš viso:			6,65	17,40	50,45	309,84

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šv.ir raugintų kopūstų sr.	6-7	150	1,05	3,13	4,78	96,32
Duona	D-1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Karališki balandėliai(kiauliena)	16	57	11,42	5,37	3,94	180,13
Virtos bulvės	2	80	0,97	0,08	9,56	40,34
Švieži pomidorai, agurkai, broko lis	1	75	0,75	0,3	4,35	20,25
Iš viso:			16,79	9,28	38,67	415,04

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelės su varške	5	60	7,51	4,12	21,90	190,82
Sūrio lazdelės,,pik-nik,,	S-1	20	0,05	0,04	0,32	25,16
Vaisinis gėrimas be cuk.	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			7,67	4,26	35,92	237,76
Iš viso (dienos davinio):			31,11	30,94	125,04	962,64

3 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai val. 8.35-8.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	95	150	6,47	5,17	27,93	124,08
Duona su sviestu(82%)virta dešra,šv.agurkas	3	20/5/10	2,35	6,52	12,55	114,38
Vaisiai		50	0,30		5,42	20,25
Arbata vaisinė	G-6	100			4,99	19,75
			15,62	11,69	50,89	278,46

Pietūs val. 11.50-12.20 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba	25	150	4,25	4,47	13,41	105,24
maltos žuvies palotėlis(tausojanti)	163	75	17,41	3,52	1,46	90,68
Biri grikių košė	96	50	3,02	4,86	16,50	120,09
Virti burokėliai su tyru alyvuogių aliejumi,šv.agurkai	2	50/50	0,82	6,09	4,92	58,87
Iš viso:			26,32	18,94	36,29	374,88

Vakarienė val. 15.30-15.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	16	60	17,50	10,27	1,27	153,60
Duona	D-1	30	2,60	0,40	16,04	78,00
Majonezas	16	12	0,14	3,90	1,02	40,08
Švieži pomidorai,švieži agurkai,kons.žirneliai	1/12	70	0,50	0,20	2,90	23,50
Vaisinis gėr.be cukr.	G-1	100	0,11	0,10	13,70	21,78
Iš viso:			20,85	14,87	34,93	316,96
Iš viso (dienos davinio):			62,79	45,50	122,11	970,30