

**ŠIAULIŲ R. MEŠKUIČIŲ GIMNAZIJA,
Stoties g. 16, Meškuičiai, Šiaulių r.**

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

**11 m. ir
vyresniems**

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

**Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 17.00 val.**

1 savaitė Pirmadienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Špinatų sriuba su bulvėmis, grietine 30% ir kiaušiniu (tausojantis)	11Sr	250/10/10	4,08	9,49	16,45	162,17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,04	10,13	33,51	248,25

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Špinatų sriuba su bulvėmis, grietine 30% ir kiaušiniu (tausojantis)	11Sr	150/6/6	2,45	5,69	9,87	97,30
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,41	6,33	26,93	183,38

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Kalakutienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	100/100	30,00	15,85	27,55	362,77
Agurkai (šaltuoju sezono metu - marinuoti agurkai)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Morkų salotos su česnaku, aliejaus padažu	11S	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Iš viso:			30,93	20,72	33,18	426,19

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Makaronų lakštų plokštainis su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	70A	150/75	19,85	19,31	25,20	321,95
Žalių žirnelių salotos su svogūnais, majonezu	42S	140	5,61	4,82	19,65	121,31
Iš viso:			25,46	24,13	44,85	443,26

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	11AA	300	7,51	36,03	37,92	473,53
Iš viso:			7,51	36,03	37,92	473,53

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Virtos dešrelės (tausojantis)	36A	130	9,33	36,91	1,22	373,15
Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	50	2,89	2,62	11,16	83,16
Agurkai (šaltuoju sezono metu - marinuoti agurkai)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai (šaltuoju sezono metu - pomidorai savo sultyse)	37S	50	0,10	1,64	4,10	8,50
Iš viso:			12,72	41,27	17,63	470,31

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus, Aprašo III skyrius 22.10 priedas.

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

1 savaitė Antradienis

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	------	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	250	2,81	5,34	19,21	130,75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,77	5,98	36,27	216,83

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	150	1,68	3,20	11,52	78,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,64	3,84	28,58	164,53

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Balandėliai su kiauliena, grietinės 30%-pomidorų padažu (tausojantis)	63A	150/30	14,38	17,09	14,67	260,08
Bulvių košė su pienu	3Gar	75	1,75	2,87	12,35	81,40
Burokėlių salotos su mar., agurkais ž., žirneliais, aliejaus	20S	100	2,53	9,48	9,17	122,19
Iš viso:			18,66	29,44	36,19	463,67

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Kiaulienos troškiny su (šviežiais ar) raugintais kopūstais (tausojantis)	6A	75/75	18,67	35,40	7,53	414,04
Virtos bulvės	1Gar	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			19,63	47,40	8,77	531,24

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Varškės ir morkų apkepas (varškė 9%) (tausojantis)	88A	200	24,91	24,07	29,73	432,83
Trintos braškės	15D	100	0,90	0,40	9,70	41,00
Iš viso:			25,81	24,47	39,43	473,83

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



1 savaitė Trečiadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis	17Sr	250	5,99	5,44	23,98	157,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,95	6,08	41,04	244,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis	17Sr	150	3,59	3,26	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,55	3,90	31,45	180,85

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	100/60	29,81	22,61	10,09	357,69
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	40	1,33	1,85	10,04	59,07
Pekininiai kopūstai su agurkais, svogūnų laiškais, aliejaus	54S	100	1,27	9,48	3,08	98,47
Iš viso:			32,41	33,94	23,21	515,23

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Lietiniai su varške (varškė 9%)	74A	150/75	27,22	18,21	55,08	489,57
Įvairios trintos uogos	15D	50	0,47	0,24	6,33	23,50
Iš viso:			27,69	18,45	61,41	513,07

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Kiaulienos kepsniukai su (sprendinės) įdaru (tausojantis)	13A	110	27,12	19,02	2,23	286,04
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40	2,45	2,21	13,42	81,86
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, pekiniais kopūstais su aliejauspadažu	45S	100	1,75	9,87	4,64	105,81
Iš viso:			31,32	31,10	20,29	473,71

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

1 savaitė Ketvirtadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal*
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Daržovių sriuba su mėsos (paukštiena) kukuliais (tausojantis)	18Sr	250	10,06	5,80	14,04	153,86
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			13,02	6,44	31,10	239,94

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Daržovių sriuba su mėsos (paukštiena) kukuliais (tausojantis)	18Sr	150	6,04	3,48	8,42	92,32
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,00	4,12	25,48	178,40

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	100	24,50	7,04	8,82	197,05
Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	75	3,14	3,10	21,82	124,75
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	100	1,08	9,70	10,05	127,27
Iš viso:			28,72	19,84	40,69	449,07

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Virtų bulvių - varškės 9% voleliai (tausojantis)	55A	200	10,68	5,39	57,86	317,40
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			11,64	17,39	59,10	434,60

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	320	14,90	18,61	55,70	435,07
Iš viso:			14,90	18,61	55,70	435,07

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	31A	120	29,33	19,99	0,83	304,46
Ryžių salotos su agurkais, ž., žirneliais, morkomis, majonezu	28S	120	2,56	6,29	19,54	137,02
Iš viso:			31,89	26,28	20,37	441,48

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



1 savaitė Penktadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	7Sr	250	2,38	5,31	14,43	107,13
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,34	5,95	31,49	193,21

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	7Sr	150	1,15	3,18	5,13	48,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,11	3,82	22,19	134,53

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	100	20,53	11,88	10,93	232,06
Virtos bulvės	1Gar	100	2,14	0,14	19,14	83,20
Burokėlių salotos su pupelėmis, mar., agurkais, svogūnais su aliejaus padažu	21S	130	4,32	9,93	16,78	160,54
Iš viso:			26,99	21,95	46,85	475,80

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške 9%	48A	210/90	20,40	8,76	71,50	442,42
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			21,36	20,76	72,74	559,62

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis su mėsa (paukšt., šl., mėsa)	45A	112,5/37,5	17,07	20,08	27,70	355,35
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			18,03	32,08	28,94	472,55

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena)	47A	210/90	20,60	8,90	69,16	433,78
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			21,56	20,90	70,40	550,98

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

2 savaitė Pirmadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis, grietinė 30% (ta)	1Sr	250/10	2,60	8,24	18,10	150,12
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,56	8,88	35,16	236,20

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis, grietinė 30% (ta)	1Sr	150/6	1,55	4,94	10,86	90,07
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,51	5,58	27,92	176,15

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Maltas kalakutų šlaunelių mėsos kukulis(tausojantis)	35A	120	30,50	7,33	4,87	202,76
Biri kuskusų kruopų košė	18Gar	100	5,00	2,00	31,00	165,00
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	100	1,73	5,14	11,69	89,83
Iš viso:			37,23	14,47	47,56	457,59

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Varškės apkepas su obuoliais (varškė 9%),(tausojantis)	88A	200	25,18	24,17	28,60	427,89
Įvairios uogos	15D	50	0,47	0,24	6,33	23,50
Iš viso:			25,65	24,41	34,93	451,39

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Grietinėleje troškinta vištiena su morkomis (tausojantis)	1A	105/45	36,30	11,81	1,86	266,48
Biri ryžių (plikyti) kruopų košė	5Gar	40	1,09	1,88	11,58	65,50
Agurkai (arba - marinuoti agurkai)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Kopūstų salotos su porais, morkomis aliejaus padažu	1S	100	1,56	9,87	6,70	112,31
Iš viso:			39,35	23,66	21,29	449,79

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	11AA	200	4,54	20,64	22,27	275,09
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	200	3,46	10,28	23,38	179,66
Iš viso:			8,00	30,92	45,65	454,75

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



2 savaitė Antradienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Daržovių sriuba su mėsos (kiauliena) kukuliais (tausojantis)	18Sr	250	8,47	7,63	13,93	153,86
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			11,43	8,27	30,99	239,94

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Daržovių sriuba su mėsos (kiauliena) kukuliais (tausojantis)	18Sr	150	5,08	4,58	8,36	92,32
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,04	5,22	25,42	178,40

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	100	26,88	18,21	8,55	305,67
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40	2,45	2,21	13,42	81,86
Morkų salotos su česnakų, aliejaus padažu	11S	100	1,06	9,54	8,96	115,85
Iš viso:			30,39	29,96	30,93	503,38

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	83A	200	34,34	21,43	33,13	459,20
Įvairios uogos	15D	50	0,47	0,24	6,33	23,50
Iš viso:			34,81	21,67	39,46	482,70

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Apkepti kotletai su sūriu (tausojantis)	23A	100	27,68	20,29	3,02	302,05
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75	4,60	4,13	25,16	153,49
Agurkai (šaltuoju sezono metu - marinuoti agurkai)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai (šaltuoju sezono metu - pomidorai savo sultyse)	37S	50	0,10	1,64	4,10	8,50
Iš viso:			32,78	26,16	33,43	469,54

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Bulvių, morkų ir žirnių troškiny (tausojantis, augalinis)	13AA	280	11,68	5,72	40,30	300,58
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, pekino kopūstais, aliejaus padažu	45S	100	1,75	9,87	4,64	106,56
Iš viso:			13,43	15,59	44,94	407,14

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

2 savaitė Trečiadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	250	1,88	5,19	12,09	98,93
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,84	5,83	29,15	185,01

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	150	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,09	3,75	24,31	145,44

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Troškinta kiaulienos su marinuotais agurkais (tausojantis)	4A	100/100	31,21	19,57	8,89	331,07
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	100	1,73	5,14	11,69	89,83
Virtos bulvės	1Gar	100	2,14	0,14	19,14	83,20
Iš viso:			35,08	24,85	39,72	504,10

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Virti varškėčiai 9%(tausojantis)	82A	200	27,47	13,49	44,71	403,78
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			28,43	25,49	45,95	520,98

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Makaronų lakštų plokštainis su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	70A	200/10	26,46	25,74	34,92	429,27
Sviesto-grietinės padažas	5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			26,88	36,28	35,60	528,21

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kepta kiaulienos (sprandinė) su svogūnais (tausojantis)	1A	75/25	17,54	30,65	6,66	368,47
Virtos bulvės	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, porais ir gūžinėmis salotomis, aliejaus padažu	45S	100	1,75	9,87	4,64	106,56
Iš viso:			20,36	40,59	20,87	517,63

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

2 savaitė Ketvirtadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine30% ir kiaušiniu (tausojantis)	10Sr	250/10/10	3,66	9,61	17,02	162,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,62	10,25	34,08	248,85

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine30% ir kiaušiniu (tausojantis)	10Sr	150/6/6	2,19	5,77	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,15	6,41	27,27	183,74

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta kalakutienos file (tausojantis)	30A	100	24,50	7,04	8,82	197,05
Biri ryžių (plikyti) kruopų košė	5Gar	50	1,67	2,08	14,42	85,30
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis, aliejaus padažu.	13S	100	3,49	14,47	7,74	166,02
Iš viso:			29,66	23,59	30,98	448,37

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su mėsa (tausojantis)	77A	150/75	30,84	19,34	53,60	504,81
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Iš viso:			31,56	28,34	54,53	592,71

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Toškinta paukštiena su padažu (šlaunelių mėsa) (tausojantis)	29A	100/40g	25,22	22,21	6,47	321,66
Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	50	2,89	2,62	11,16	83,16
Troškintų daržovių asorti su grietinės - pomidorų padažu	10Gar	100	3,25	3,84	8,21	79,93
Iš viso:			31,36	28,67	25,84	484,75

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių - daržovių kepinukai (augalinis,tausojantis)	4AA	100	8,34	4,36	49,90	259,14
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis, aliejaus padažu.	13S	100	3,49	14,47	7,74	166,02
Iš viso:			11,83	18,83	57,64	425,16

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

2 savaitė Penktadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250	6,07	5,50	24,36	155,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,03	6,14	41,42	242,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150	3,64	3,30	14,61	93,57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,60	3,94	31,67	179,65

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	100	19,35	7,99	5,40	173,69
Biri ryžių (plikyti) kruopų košė	5Gar	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Burokėlių salotos su virtomis bulvėmis, marinuotais agurkais ir pupelėmis, majonezas	22S	100	2,70	7,58	13,70	126,32
Iš viso:			25,38	19,73	47,94	470,60

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su varške 9% (tausojantis)	51A	210/90	18,72	9,9	67,11	424,47
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Iš viso:			19,44	18,90	68,04	512,37

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	50A	175/75	20,70	13,50	54,65	415,83
Sviesto 30%-grietinės 82% padažas	5P	50	0,63	1,70	2,23	26,42
Iš viso:			21,33	15,20	56,88	442,25

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	53A	150/50	16,85	14,98	50,89	401,44
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Iš viso:			17,57	23,98	51,82	489,34

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



3 savaitė Pirmadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis, grietinė 30% (tausojantis)	1Sr	250/10	2,60	8,24	18,10	150,12
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,56	8,88	35,16	236,20

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis, grietinė 30% (tausojantis)	1Sr	150/6	1,55	4,94	10,86	90,07
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,51	5,58	27,92	176,15

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	100	21,23	12,55	9,51	235,04
Biri kuskusų kruopų košė	18Gar	75	3,75	1,50	23,25	128,25
Kopūstų salotos su porais, morkomis aliejaus padažu	1S	100	1,56	9,87	6,70	112,31
Iš viso:			26,54	23,92	39,46	475,60

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (varškė 9%) (tausojantis)	85A	200	30,10	20,73	32,92	441,75
Įvairios uogos	15D	20	0,18	0,08	1,94	8,20
Iš viso:			30,28	20,81	34,86	449,95

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta kalakutų šlaunelių mėsa su svogūnais (tausojantis)	2A	100/35	26,34	10,00	9,26	227,11
Biri ryžių (plykyti) kruopų košė	5Gar	50	1,67	2,08	14,42	85,30
Burokėlių salotos su obuoliais, aliejaus padažu	23S	100	1,15	10,79	11,53	129,03
Iš viso:			29,16	22,87	35,21	441,44

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinytis (augalinis, tausojantis)	11AA	200	4,54	20,64	22,27	275,09
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			5,89	35,09	36,91	456,25

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



3 savaitė Antradienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250	5,99	5,44	23,98	157,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			8,95	6,08	41,04	244,03

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150	3,59	3,26	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,55	3,90	31,45	180,85

Pietūs 11,35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	100	25,63	39,08	4,29	469,85
Virtos bulvės	1Gar	75	1,60	0,10	14,35	63,90
Pomidorai (šaltuoju sezono metu-pomidorai savo sultvse)	37S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Iš viso:			28,13	39,38	21,84	547,75

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Troškinta jautiena su padažu (tausojantis)	1A	100/60	32,48	25,46	10,41	393,11
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	50	1,66	2,31	12,55	73,84
Burokėlių salotos su keptais svogūnais, aliejaus padažu	16S	50	0,86	2,57	5,84	44,92
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Iš viso:			37,06	32,75	42,50	591,21

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	75/20/20	17,84	32,05	9,17	390,99
Biri nešlifuoti ryžių košė	5Gar	50	1,67	2,08	14,42	85,30
Ziedinių kopūstų salotos su agurkais, salotomis, porais, aliejaus padažu	45S	100	1,75	9,87	4,64	106,56
Iš viso:			21,26	44,00	28,23	582,85

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Varškės 9% spygliukai (tausojantis)	89A	200	24,01	13,38	40,64	380,25
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			24,97	25,38	41,88	497,45

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



3 savaitė Trečiadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	13Sr	250	2,88	6,57	16,43	121,65
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,84	7,21	33,49	207,73

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	13Sr	150	1,73	3,19	9,86	72,99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,69	3,83	26,92	159,07

Pietūs 11,35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kiaulienos troškiny su grikiais (tausojantis)	5A	100/100	33,32	25,52	30,33	476,38
Pekininiai kopūstai su ridikėliais, agurkais ir aliejaus padažu	57S	100	0,93	9,47	3,29	98,37
Iš viso:			34,25	34,99	33,62	574,75

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Virtinukai su varške (varškė 9%, tausojantis)	80A	100/100	23,78	11,45	47,85	382,46
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			24,74	23,45	49,09	499,66

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	100	26,88	18,21	8,55	305,67
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50	3,07	2,76	16,78	102,33
Agurkų ir pomidorų salotos su svogūnais, aliejaus padažu	35S	100	0,82	9,55	3,87	99,37
Iš viso:			30,77	30,52	29,20	507,37

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Maltas veršienos kepsnys (tausojantis)	15A	100	21,07	16,39	11,33	276,96
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	75	2,49	3,46	18,83	110,76
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, aliejaus padažu.	53S	100	0,90	9,60	8,38	116,27
Iš viso:			24,46	29,45	38,54	503,99

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g



3 savaitė Ketvirtadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Pertrinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	250	4,04	9,59	21,51	174,67
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,00	10,23	38,57	260,75

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Pertrinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	150	2,43	5,75	12,91	104,80
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,39	6,39	29,97	190,88

Pietūs 11,35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kalakutienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	100/100	29,04	15,41	30,60	289,33
Pomidorai (šaltuoju sezono metu - pomidorai savo sultyse)	37S	100	1,00	0,20	4,10	17,00
Bulvių košė su pienu	3Gar	100	2,34	3,82	16,47	108,53
Iš viso:			32,38	19,43	51,17	414,86

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	83A	200	34,34	21,43	33,13	459,20
Įvairios uogos	15D	50	0,47	0,24	6,33	23,50
Iš viso:			34,81	21,67	39,46	482,70

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kepta kalakutienos file (tausojantis)	30A	100	22,49	8,48	8,82	201,85
Virtos bulvės	1Gar	100	2,14	0,13	19,14	85,20
Kopūstų salotos su porais, morkomis, aliejaus padažu	1S	120	1,92	11,86	7,92	134,47
Iš viso:			26,55	20,47	35,88	421,52

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)	59A	100/100	9,78	38,73	15,22	441,71
Agurkai (šaltuoju sezono metu - ma)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai (šaltuoju sezono metu - pomidorai savo sultyse)	37S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			10,68	38,93	18,42	455,71

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

2023 02 mėn.

15

3 savaitė Penktadienis

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
---------	--	-----	------	-----	-------	-----

Sriubos 10.05 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	7Sr	250	2,38	5,31	14,43	107,13
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,34	5,95	31,49	193,21

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	7Sr	150	1,15	3,18	5,13	48,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,11	3,82	22,19	134,53

Pietūs 11,35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Troškinta žuvis su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	39A	100/100	23,23	5,83	11,75	188,80
Biri plikytų ryžių kruopų košė	5Gar	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Burokėlių salotos su keptais svogūnais, aliejaus padažu	16S	120	2,08	6,17	14,02	107,80
Iš viso:			28,64	16,16	54,61	467,19

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena)	47A	210/90	20,60	8,90	69,16	433,78
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			21,56	20,90	70,40	550,98

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške 9%	48A	210/90	20,40	8,76	71,50	442,42
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			21,36	20,76	72,74	559,62

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Bulvių plokštainis	46A	200	6,87	16,46	49,22	365,99
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			7,83	28,46	50,46	483,19

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus. Aprašo III skyrius 22.10 priedas.

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g