

**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**

6 - 10 m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

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



**1 savaitė Pirmadienis**

<b>Vaisiai</b>		200g	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	
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	20	1,48	0,32	8,53	43,04
<b>Iš viso:</b>			<b>5,56</b>	<b>9,81</b>	<b>24,98</b>	<b>205,21</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga 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	20	1,48	0,32	8,53	43,04
<b>Iš viso:</b>			<b>3,93</b>	<b>6,01</b>	<b>18,40</b>	<b>140,34</b>

**Pietūs 11.35 val.\***

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Kalakutienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	75/75	22,50	11,88	20,66	272,08
Morkų salotos su česnaku, aliejaus padažu	11S	50	0,53	4,77	4,48	57,92
<b>Iš viso:</b>			<b>23,03</b>	<b>16,65</b>	<b>25,14</b>	<b>330,00</b>

**Pietūs val.\***

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga 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
Zalių žirnelių salotos su svogūnais, majonezu	42S	100	4,01	3,45	14,04	86,65
<b>Iš viso:</b>			<b>23,86</b>	<b>22,76</b>	<b>39,24</b>	<b>408,60</b>

**Pietūs val.\***

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	11AA	200	4,54	20,64	22,27	275,09
<b>Iš viso:</b>			<b>4,54</b>	<b>20,64</b>	<b>22,27</b>	<b>275,09</b>

**Pietūs val.\***

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Virtos dešrelės (tausojantis)	36A	65	4,66	18,45	0,61	186,57
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
<b>Iš viso:</b>			<b>8,05</b>	<b>22,81</b>	<b>17,02</b>	<b>283,73</b>

\* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

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

**1 savaitė Antradienis**

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112
<b>Sriubos 10.40 val.**</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška 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
<b>Iš viso:</b>			<b>5,77</b>	<b>5,98</b>	<b>36,27</b>	<b>216,83</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška 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
<b>Iš viso:</b>			<b>4,64</b>	<b>3,84</b>	<b>28,58</b>	<b>164,53</b>

**Pietūs 11.35 val.\***

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Balandėliai su kiauliena, grietinės 30%-pomidorų padažu (tausojantis)	63A	100/20	9,66	11,97	10,09	180,16
Bulvių košė su pienu	3Gar	75	1,75	2,87	12,35	81,40
Burokėlių salotos su mar., agurkais ž., žirneliais, aliejaus padažu	20S	90	2,28	8,53	8,25	109,97
<b>Iš viso:</b>			<b>13,69</b>	<b>23,37</b>	<b>30,69</b>	<b>371,53</b>

**Pietūs val.\***

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Kiaulienos troškiny su (šviežiais ar) raugintais kopūstais (tausojantis)	6A	50/50	12,45	23,60	5,02	276,02
Virtos bulvės	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
<b>Iš viso:</b>			<b>13,52</b>	<b>23,67</b>	<b>14,59</b>	<b>318,62</b>

**Pietūs val.\***

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Varškės ir morkų apkepas (varškė 9%) (tausojantis)	88A	150	18,68	18,05	22,31	324,61
Trintos braškės	15D	100	0,90	0,40	9,70	41,00
<b>Iš viso:</b>			<b>19,58</b>	<b>18,45</b>	<b>32,01</b>	<b>365,61</b>

\* 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 (tausojantis, augalinis)	17Sr	250	5,99	5,44	23,98	157,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
<b>Iš viso:</b>			<b>7,47</b>	<b>5,76</b>	<b>32,51</b>	<b>200,99</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150	3,59	3,26	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
<b>Iš viso:</b>			<b>5,07</b>	<b>3,58</b>	<b>22,92</b>	<b>137,81</b>

**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	75/45	22,35	16,96	7,57	268,27
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	40	1,33	1,85	10,04	59,07
Pekininiai kopūstai su agurkais, svogūnų laiškais, aliejaus padažu	54S	75	0,95	7,11	2,31	73,85
<b>Iš viso:</b>			<b>24,63</b>	<b>25,92</b>	<b>19,92</b>	<b>401,19</b>

**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	100/50	18,15	12,14	36,72	326,38
Įvairios trintos uogos	15D	50	0,47	0,24	6,33	24,00
<b>Iš viso:</b>			<b>18,62</b>	<b>12,38</b>	<b>43,05</b>	<b>350,38</b>

**Pietūs val.\***

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Kiaulienos kepsniukai su (sprandinės) įdaru (tausojantis)	13A	82,5	20,34	14,26	1,67	214,53
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40	2,45	2,21	13,42	81,86
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, pekininiais kopūstais su aliejaus padažu	45S	75	1,31	7,40	3,48	79,36
<b>Iš viso:</b>			<b>24,10</b>	<b>23,87</b>	<b>18,57</b>	<b>375,75</b>

\* 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.	Išėiga 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
<b>Iš viso:</b>			<b>13,02</b>	<b>6,44</b>	<b>31,10</b>	<b>239,94</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga 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
<b>Iš viso:</b>			<b>9,00</b>	<b>4,12</b>	<b>25,48</b>	<b>178,40</b>

**Pietūs 11.35 val.\***

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	75	18,38	5,28	6,62	147,79
Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	50	2,89	2,62	11,17	83,17
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	100	1,08	9,70	10,05	127,27
<b>Iš viso:</b>			<b>22,35</b>	<b>17,60</b>	<b>27,84</b>	<b>358,23</b>

**Pietūs val.\***

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Virtų bulvių - varškės 9% voleliai (tausojantis)	55A	150	8,01	4,04	43,39	238,05
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
<b>Iš viso:</b>			<b>8,73</b>	<b>13,04</b>	<b>44,32</b>	<b>325,95</b>

**Pietūs val.\***

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	200	9,31	11,63	34,81	271,92
<b>Iš viso:</b>			<b>9,31</b>	<b>11,63</b>	<b>34,81</b>	<b>271,92</b>

**Pietūs val.\***

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	31A	100	24,44	16,66	0,69	253,72
Ryžių salotos su agurkais, ž., žirneliais, morkomis, majonezu	28S	100	2,13	5,24	16,28	114,18
<b>Iš viso:</b>			<b>26,57</b>	<b>21,90</b>	<b>16,97</b>	<b>367,90</b>

\* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

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

2023.02.05



**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
<b>Iš viso:</b>			<b>5,34</b>	<b>5,95</b>	<b>31,49</b>	<b>193,21</b>

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
<b>Iš viso:</b>			<b>4,11</b>	<b>3,82</b>	<b>22,19</b>	<b>134,53</b>

**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	75	15,40	8,91	8,19	174,05
Virtos bulvės	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Burokėlių salotos su pupelėmis, mar., agurkais, svogūnais su aliejaus padažu	21S	100	3,32	7,64	12,91	123,49
<b>Iš viso:</b>			<b>19,79</b>	<b>16,62</b>	<b>30,67</b>	<b>340,14</b>

**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	140/60	13,60	5,84	47,66	294,94
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
<b>Iš viso:</b>			<b>14,56</b>	<b>17,84</b>	<b>48,90</b>	<b>412,14</b>

**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	20	0,48	6,00	0,62	58,60
<b>Iš viso:</b>			<b>17,55</b>	<b>26,08</b>	<b>28,32</b>	<b>413,95</b>

**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	140/60	13,73	5,93	46,11	289,19
Grietinė 30%	17P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
<b>Iš viso:</b>			<b>14,69</b>	<b>17,93</b>	<b>47,35</b>	<b>406,39</b>

\* 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.	Išėiga 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
<b>Iš viso:</b>			<b>5,56</b>	<b>8,88</b>	<b>35,16</b>	<b>236,20</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga 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
<b>Iš viso:</b>			<b>4,51</b>	<b>5,58</b>	<b>27,92</b>	<b>176,15</b>

## Pietūs 11.35 val.\*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Maltas kalakutų šlaunelių mėsos kukulis(tausojantis)	35A	100	25,42	6,11	4,06	168,97
Biri kuskusų kruopų košė	18Gar	75	3,75	1,50	23,25	123,75
Agurkai (arba - marinuoti agurkai)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai (arba-pomidorai savo sultyse)	37S	50	0,10	1,64	4,10	8,50
<b>Iš viso:</b>			<b>29,67</b>	<b>9,35</b>	<b>32,56</b>	<b>306,72</b>

## Pietūs val.\*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Varškės apkepas su obuoliais (varškė 9%),(tausojančias)	88A	150	18,81	18,06	21,83	323,60
Įvairios uogos	15D	20	0,18	0,08	1,94	8,20
<b>Iš viso:</b>			<b>18,99</b>	<b>18,14</b>	<b>23,77</b>	<b>331,80</b>

## Pietūs val.\*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Grietinėlėje troškinta vištiena su morkomis (tausojančias)	1A	70/30	24,20	7,88	1,24	177,65
Biri ryžių (plikyti) kruopų košė	5Gar	40	1,09	1,88	11,58	65,50
Kopūstų salotos su porais, morkomis aliejaus padažu	1S	100	1,56	9,87	6,70	112,31
<b>Iš viso:</b>			<b>26,85</b>	<b>19,63</b>	<b>19,52</b>	<b>355,46</b>

## Pietūs val.\*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Daržovių troškiny (augalinis, tausojančias)	11AA	200	4,54	20,64	22,27	275,09
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	100	1,73	5,14	11,69	89,83
<b>Iš viso:</b>			<b>6,27</b>	<b>25,78</b>	<b>33,96</b>	<b>364,92</b>

\* 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	20	1,48	0,32	8,53	43,04
<b>Iš viso:</b>			<b>9,95</b>	<b>7,95</b>	<b>22,46</b>	<b>196,90</b>

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	20	1,48	0,32	8,53	43,04
<b>Iš viso:</b>			<b>6,56</b>	<b>4,90</b>	<b>16,89</b>	<b>135,36</b>

**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	75	20,16	13,66	6,41	229,25
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
<b>Iš viso:</b>			<b>23,67</b>	<b>25,41</b>	<b>28,79</b>	<b>426,96</b>

**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	150	25,76	16,07	24,85	344,40
Įvairios uogos	15D	50	0,47	0,24	6,33	23,50
<b>Iš viso:</b>			<b>26,23</b>	<b>16,31</b>	<b>31,18</b>	<b>367,90</b>

**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	75,00	20,76	15,22	2,26	226,54
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40,00	2,45	2,21	13,42	81,86
Agurkai (šaltuoju sezono metu - marinuoti agurkai)	36S	50,00	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
<b>Iš viso:</b>			<b>23,71</b>	<b>19,17</b>	<b>20,93</b>	<b>322,40</b>

**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
<b>Iš viso:</b>			<b>11,68</b>	<b>5,72</b>	<b>40,30</b>	<b>300,58</b>

\* 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	112,9
---------	--	-----	------	-----	-------	-------

**Sriubos 10.40 val.\*\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
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
<b>Iš viso:</b>			<b>4,84</b>	<b>5,83</b>	<b>29,15</b>	<b>185,01</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
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
<b>Iš viso:</b>			<b>4,09</b>	<b>3,75</b>	<b>24,31</b>	<b>145,44</b>

**Pietūs 11.35 val.\***

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Troškinta kiaulienos su marinuotais agurkais (tausojantis)	4A	75/75	23,41	14,68	6,67	248,30
Burokėlių salotos su keptais svogūnais, aliejaus padažu	16S	75	1,30	3,85	8,77	67,37
Virtos bulvės	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
<b>Iš viso:</b>			<b>25,78</b>	<b>18,60</b>	<b>25,01</b>	<b>358,27</b>

**Pietūs val.\***

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Virti varškėčiai 9%(tausojantis)	82A	150	20,60	10,12	33,53	302,83
Grietinė 30%	17P	20	0,48	6,00	0,62	58,60
<b>Iš viso:</b>			<b>21,08</b>	<b>16,12</b>	<b>34,15</b>	<b>361,43</b>

**Pietūs val.\***

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Makaronų lakštų plokštainis su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	70A	150/75	19,85	19,31	25,20	321,95
Sviesto-grietinės padažas	5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
<b>Iš viso:</b>			<b>20,27</b>	<b>29,85</b>	<b>25,88</b>	<b>420,89</b>

**Pietūs val.\***

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai, g	
Kepta kiaulienos (sprandinė) su svogūnais (tausojantis)	1A	50/15	11,69	20,43	4,44	245,65
Virtos bulvės	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, porais ir gūžinėmis salotomis, aliejaus padažu	45S	75	1,31	7,40	3,48	79,92
<b>Iš viso:</b>			<b>14,07</b>	<b>27,90</b>	<b>17,49</b>	<b>368,17</b>

\* 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.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine 30% 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
<b>Iš viso:</b>			<b>6,62</b>	<b>10,25</b>	<b>34,08</b>	<b>248,85</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine 30% 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
<b>Iš viso:</b>			<b>5,15</b>	<b>6,41</b>	<b>27,27</b>	<b>183,74</b>

### Pietūs 11.35 val.\*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga 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	40	1,09	1,88	11,58	65,50
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis, aliejaus padažu.	13S	75	2,62	10,85	5,81	124,52
<b>Iš viso:</b>			<b>28,21</b>	<b>19,77</b>	<b>26,21</b>	<b>387,07</b>

### Pietūs val.\*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su mėsa (tausojantis)	77A	100/50	20,56	12,89	35,73	336,54
Grietinė 30%	17P	20	0,48	6,00	0,62	58,60
<b>Iš viso:</b>			<b>21,04</b>	<b>18,89</b>	<b>36,35</b>	<b>395,14</b>

### Pietūs val.\*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Toškinta paukštiena su padažu (šlaunelių mėsa) (tausojantis)	29A	75/30	23,60	11,65	14,00	240,29
Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	40	2,31	2,10	8,93	66,53
Troškintų daržovių asorti su grietine - pomidorų padažu	10Gar	100	3,25	3,84	8,21	79,93
<b>Iš viso:</b>			<b>29,16</b>	<b>17,59</b>	<b>31,14</b>	<b>386,75</b>

### Pietūs val.\*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga 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	75	2,62	10,85	5,81	124,52
<b>Iš viso:</b>			<b>10,96</b>	<b>15,21</b>	<b>55,71</b>	<b>383,66</b>

\* 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.	Išeiğa 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
<b>Iš viso:</b>			<b>9,03</b>	<b>6,14</b>	<b>41,42</b>	<b>242,03</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa 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
<b>Iš viso:</b>			<b>6,60</b>	<b>3,94</b>	<b>31,67</b>	<b>179,65</b>

### Pietūs 11.35 val.\*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	75	14,51	5,99	4,05	130,27
Biri ryžių (plikyti) kruopų košė	5Gar	40	1,09	1,88	11,58	65,50
Burokėlių salotos su virtomis bulvėmis, marinuotais agurkais ir pupelėmis, majonezas	22S	100	2,70	7,58	13,70	126,32
<b>Iš viso:</b>			<b>18,30</b>	<b>15,45</b>	<b>29,33</b>	<b>322,09</b>

### Pietūs val.\*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su varške 9%( tausojantis)	51A	140/6	12,48	6,6	44,75	282,98
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
<b>Iš viso:</b>			<b>13,20</b>	<b>15,60</b>	<b>45,68</b>	<b>370,88</b>

### Pietūs val.\*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	50A	105/45	12,42	8,09	32,80	249,50
Sviesto30%-grietinės82% padažas	5P	50	0,63	1,70	2,23	26,42
<b>Iš viso:</b>			<b>13,05</b>	<b>9,79</b>	<b>35,03</b>	<b>275,92</b>

### Pietūs val.\*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	53A	112,5/37,5	12,64	11,24	38,17	301,08
Sviesto30%-grietinės82% padažas	5P	15	0,31	7,91	0,51	74,20
<b>Iš viso:</b>			<b>12,95</b>	<b>19,15</b>	<b>38,68</b>	<b>375,28</b>

\* 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.	Išeiąa 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
<b>Iš viso:</b>			<b>5,56</b>	<b>8,88</b>	<b>35,16</b>	<b>236,20</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa 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
<b>Iš viso:</b>			<b>4,51</b>	<b>5,58</b>	<b>27,92</b>	<b>176,15</b>

**Pietūs 11.35 val.\***

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	75	15,92	9,42	7,13	176,28
Biri kuskusų kruopų košė	18Gar	50	2,50	1,00	15,50	85,50
Kopūstų salotos su porais, morkomis aliejaus padažu	1S	100	1,56	9,87	6,70	112,31
<b>Iš viso:</b>			<b>19,98</b>	<b>20,29</b>	<b>29,33</b>	<b>374,09</b>

**Pietūs val.\***

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (varškė 9%) (tausojantis)	85A	150g	22,58	15,55	24,70	331,31
Įvairios uogos	15D	20	0,18	0,08	1,94	8,20
<b>Iš viso:</b>			<b>22,76</b>	<b>15,63</b>	<b>26,64</b>	<b>339,51</b>

**Pietūs val.\***

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta kalakutų šlaunelių mėsa su svogūnais (tausojantis)	2A	75/25	19,75	7,50	6,94	170,33
Biri ryžių (plikyti) kruopų košė	5Gar	40	1,09	1,88	11,58	65,50
Burokėlių salotos su obuoliais, aliejaus padažu	23S	100,00	1,15	10,79	11,53	129,03
<b>Iš viso:</b>			<b>21,99</b>	<b>20,17</b>	<b>30,05</b>	<b>364,86</b>

**Pietūs val.\***

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa 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
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6S	100	1,36	5,19	6,19	68,97
<b>Iš viso:</b>			<b>5,90</b>	<b>25,83</b>	<b>28,46</b>	<b>344,06</b>

\* 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.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai,	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250	5,99	5,44	23,98	157,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			7,47	5,76	32,51	200,99

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai,	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150	3,59	3,26	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			5,07	3,58	22,92	137,81

## Pietūs 11,35 val.\*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai,	
Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	50	12,82	19,54	2,15	234,93
Virtos bulvės	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Pomidorai (šaltuoju sezono metu-pomidorai savo sultyse)	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:			14,79	19,81	14,92	291,53

## Pietūs val.\*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai,	
Troškinta jautiena su padažu (tausojantis)	1A	75/45	24,36	19,09	7,81	294,83
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	40	1,33	1,85	10,04	59,07
Burokėlių salotos su keptais svogūnais, aliejaus padažu	16S	40	0,69	2,05	4,67	35,93
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	40	0,12	0,08	0,92	2,30
Iš viso:			28,16	25,38	35,99	465,97

## Pietūs val.\*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai,	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	50/15/15	11,98	21,49	6,70	264,24
Biri nešlifotų ryžių košė	5Gar	40	0,86	0,05	7,65	34,08
Ziedinių kopūstų salotos su agurkais, salotomis, porais, aliejaus padažu	45S	50	0,88	4,94	2,32	53,28
Iš viso:			13,72	26,48	16,67	351,60

## Pietūs val.\*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	ngliavandeniai,	
Varškės 9% spygliukai (tausojantis)	89A	150g	18,00	10,04	30,48	285,19
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Iš viso:			18,72	19,04	31,41	373,09

\* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

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

**3 savaitė Trečiadienis**

<b>Vaisiai</b>		200	1,52	0,6	27,88	112
<b>Sriubos 10.40 val.**</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga 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	20	1,48	0,32	8,53	43,04
<b>Iš viso:</b>			<b>4,36</b>	<b>6,89</b>	<b>24,96</b>	<b>164,69</b>

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga 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	20	1,48	0,32	8,53	43,04
<b>Iš viso:</b>			<b>3,21</b>	<b>3,51</b>	<b>18,39</b>	<b>116,03</b>

**Pietūs 11,35 val.\***

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kiaulienos troškiny su grikiais (tausojantis)	5A	75/75	24,99	19,14	22,75	357,28
Pekininiai kopūstai su ridikėliais, agurkais ir aliejaus padažu	57S	75	0,70	7,10	2,47	73,78
<b>Iš viso:</b>			<b>25,69</b>	<b>26,24</b>	<b>25,22</b>	<b>431,06</b>

**Pietūs val.\***

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Virtinukai su varške (varškė 9%, tausojantis)	80A	75/75	17,84	8,58	35,89	286,84
Grietinė 30%	17P	20	0,48	6,00	0,62	58,60
<b>Iš viso:</b>			<b>18,32</b>	<b>14,58</b>	<b>36,51</b>	<b>345,44</b>

**Pietūs val.\***

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	75	20,16	13,66	6,41	229,25
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40	2,45	2,21	13,42	81,86
Agurkų ir pomidorų salotos su svogūnais, aliejaus padažu	35S	75	0,61	7,16	2,90	74,53
<b>Iš viso:</b>			<b>23,22</b>	<b>23,03</b>	<b>22,73</b>	<b>385,64</b>

**Pietūs val.\***

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Maltas veršienos kepsnys (tausojantis)	15A	75	15,80	12,29	8,50	207,72
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	50	1,66	2,31	12,55	73,84
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, aliejaus padažu.	53S	75	0,67	7,20	6,28	87,20
<b>Iš viso:</b>			<b>18,13</b>	<b>21,80</b>	<b>27,33</b>	<b>368,76</b>

\* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

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

3 savaitė Ketvirtadienis

14

Vaisiai		200	1,52	0,6	27,88	112
<b>Sriubos 10.40 val.**</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga 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
<b>Iš viso:</b>			<b>7,00</b>	<b>10,23</b>	<b>38,57</b>	<b>260,75</b>



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga 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
<b>Iš viso:</b>			<b>5,39</b>	<b>6,39</b>	<b>29,97</b>	<b>190,88</b>

**Pietūs 11,35 val.\***

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kalakutienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	75/75	21,78	11,56	8,07	217,00
Bulvių košė su pienu	3Gar	50	1,17	1,91	8,24	54,27
<b>Iš viso:</b>			<b>22,95</b>	<b>13,47</b>	<b>16,31</b>	<b>271,27</b>

**Pietūs val.\***

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	83A	150	25,76	16,07	24,85	344,40
Įvairios uogos	15D	50	0,47	0,24	6,33	23,50
<b>Iš viso:</b>			<b>26,23</b>	<b>16,31</b>	<b>31,18</b>	<b>367,90</b>

**Pietūs val.\***

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga 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	75	1,61	0,10	14,35	63,90
Kopūstų salotos su porais, morkomis, aliejaus padažu	1S	100	1,60	9,88	6,60	112,06
<b>Iš viso:</b>			<b>25,70</b>	<b>18,46</b>	<b>29,77</b>	<b>377,81</b>

**Pietūs val.\***

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	gliavandeniai	
Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)	59A	75/75	7,34	29,05	11,41	331,28
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
<b>Iš viso:</b>			<b>8,24</b>	<b>29,25</b>	<b>14,61</b>	<b>345,28</b>

\* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

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



**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
<b>Iš viso:</b>			<b>5,34</b>	<b>5,95</b>	<b>31,49</b>	<b>193,21</b>

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
<b>Iš viso:</b>			<b>4,11</b>	<b>3,82</b>	<b>22,19</b>	<b>134,53</b>

**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	75/75	17,42	4,37	8,81	141,60
Biri plikytų ryžių kruopų košė	5Gar	75	2,04	3,53	21,71	122,82
Burokėlių salotos su keptais svogūnais, aliejaus padažu	16S	75	1,30	3,85	8,77	67,37
<b>Iš viso:</b>			<b>20,76</b>	<b>11,75</b>	<b>39,29</b>	<b>331,79</b>

**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	200 (140/60)	13,73	5,93	46,11	289,19
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
<b>Iš viso:</b>			<b>14,45</b>	<b>14,93</b>	<b>47,04</b>	<b>377,09</b>

**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	200 (140/60)	13,60	5,84	47,66	294,94
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
<b>Iš viso:</b>			<b>14,32</b>	<b>14,84</b>	<b>48,59</b>	<b>382,84</b>

**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	150	5,15	12,35	36,92	274,49
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
<b>Iš viso:</b>			<b>5,87</b>	<b>21,35</b>	<b>37,85</b>	<b>362,39</b>

\* 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