

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono  
Juškų gimnazija  
Dariaus ir Girėno g. 22, Veliuona,  
įmonės kodas 190919036,  
tel. (8 447) 42 782,  
el.p.:rastine@veliuona.jurbarkas.lm.lt

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija

## **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

Nuo 4 iki 7 metų

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7<sup>30</sup> iki 18<sup>00</sup> val.

1 savaitė

PUSRYČIAI

TVIRTINŲ:

Pirmadienis

08:30 val.



*Direktorė*  
*Ugnė Beinarytė*  
 2022-08-14

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu penkių grūdų kr. košė(tausojantis)	PV-14	200	7,3	3,8	33,37	195,38
Sviestas 82%(tausojantis)	PD-19	8	0,05	6,6	0,07	59,84
Sezoniniai vaisiai	VS-3	120	0,5	0	12,1	48,6
Kmynų arbata be cukraus	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			7,89	10,40	46,17	306,97

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba(augalinis),(tausojantis),(ankštinis)	SR-26	150	7,3	2,39	22,91	142,70
Virti laišos filė kukuliai(tausojantis)	AP-30	70	14,07	9,46	5,2	162,02
Pieno 2,5%-pomidorų padažas(tausojantis)	PD-4/a	10	0,44	0,92	1,38	15,54
Pekino kopūstų-porų-pomidorų salotos su aliejumi(augalinis)	GA-26	110\6	1,43	6,28	4,49	80,23
Bulvių košė (tausojantis)	GA-37	100	2,72	2,92	16,68	102,09
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			25,96	21,97	50,66	502,58

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės 9% sklandžiai	PV-19	100	10,85	14,95	36,20	318,91
Grietinė 30%	PD-14	15	0,39	4,5	0,41	37,2
Nesaldinta kinrozės arbata	GR-13	150	0,00	0	0	0
Iš viso			11,24	19,45	36,61	356,11
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45,09</b>	<b>51,82</b>	<b>133,44</b>	<b>1165,66</b>

1 savaitė

PUSRYČIAI

Antradienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės 9% spygliukai(tausojantis)	PV-56	150gr	18,02	10,04	31,60	289,63
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-10	15	0,67	1,38	1,93	22,65
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,50	0	12,1	48,6
Nesaldinta mėty arbata	GR-20	150	0	0	0	0
Iš viso			19,19	11,42	45,63	360,88

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avinžirnių-morkų sriuba (tausojantis)(augalinis)(ankštinis)	SR-24	150	4,98	2,13	13,47	93,11
Kiaulienos kotletas (tausojantis)	AP-33	80	13,55	11,4	8,7	187,65
Pieno 2,5%-pomidorų padažas(tausojantis)	PD-4	30	1,34	2,77	4,15	46,63
Grikių košė (tausojantis)	GA-13	110	2,81	3,46	21,27	122,03
Pomidorų-agurkų salotos su grietine 30 %	GA-43	80	0,55	2,4	5,38	41,22
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			23,23	22,16	52,97	490,64

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių piršteliai(tausojantis)	PV-55	200	4,25	1,31	64,19	279,38
Grietinės padažas(tausojantis)	PD-24	20	0,42	3,76	1,09	38,39
Geriamas vanduo	GR-22	150	0,00	0	0	0
Iš viso			4,67	5,07	65,28	317,77
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,09</b>	<b>38,65</b>	<b>163,88</b>	<b>1169,29</b>

1 savaitė

PUSRYČIAI

Trečiadienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu kvietinių kruopų košė su sviestu 82%(tausojantis)	PV-38	200/8	8,05	9,66	35,92	253,94
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,50	0	12,1	48,6
Nesaldinta kmyčių arbata	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			8,59	9,66	48,65	305,69

PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių-pupelių-kopūstų sriuba su grietine 30%(tausojantis)	SR-6	150/5	3,14	5,76	13,76	108,52
Bulvių plokštainis su vištiena(tausojantis)	AP-2	145/42	16,72	5,82	31,20	240,59
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-9	30	1,29	2,76	3,87	46,35
Trintas bananų, obuolių ir braškių kokteilis(augalinis)	GA-42	95	0,875	0,355	17,15	75,22
Morkų lazdelės(augalinis)	GA-38	50	0,5	0,10	4,35	20,30
Geriamasis vanduo su citrina	GR-22	150	0,05	0,03	0,69	3,24
Iš viso			22,575	14,825	71,02	494,22

VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai	PV-39	120	8,24	11,55	43,30	299,61
Pienas 2,5%	GR-23	100	3,4	2,5	4,9	56
Iš viso			11,64	14,05	48,2	355,61
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>42,81</b>	<b>38,54</b>	<b>167,87</b>	<b>1155,52</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis

PUSRYČIAI  
08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu ryžių košė su sviestu 82%(tausojantis)	PV-11	200/5	6,29	6,4	43,01	243,7
Uogienė	PD-21	10	0,03	0	7,09	27,10
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,05	0	12,10	48,60
Nesaldinta žolelių arbata	GR-20	150	0	0	0	0
Iš viso			6,37	6,40	62,20	319,40

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5%-makaronų sriuba (tausojantis)	SR-15	150	4,88	2,68	19,74	117,4
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės(tausojantis)	AP-31	80	19,38	15,47	0,16	214,76
Virtos bulvės(tausojantis)(augalinis)	GA-11	100	2,11	0,16	21,05	88,67
Marinuoti arba šviežūs agurkai(augalinis)	GA-20	40	0,29	0	1,18	5,88
Pieno padaže troškintos morkos su žirneliais(tausojantis)	GA-34	75	2,1	3,45	7,22	63,14
Geriamasis vanduo su obuoliais	GR-22	150	0,03	0,03	0,98	4,29
Iš viso			28,79	21,79	50,33	494,14

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Skryliai(tausojantis)	PV-52	130gr.	10,18	4,23	62,39	304,36
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-10	15	0,67	1,38	1,93	22,65
Nesaldinta mėtų arbata	GR-20	150	0	0	0	0
Iš viso			10,85	5,61	64,32	327,01
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,01</b>	<b>33,80</b>	<b>176,85</b>	<b>1140,55</b>

1 savaitė  
Penktadienis

PUSRYČIAI  
08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu avižinių dribsnių košė su sviestu 82%(tausojantis)	PV-10	200/5	8,74	8,89	38,31	258,56
Uogienė	PD-21	10	0,03	0	7,09	27,10
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,05	0	12,10	48,60
Nesaldinta mėtų arbata	GR-20	150	0	0	0,00	0,00
Iš viso			8,82	8,89	57,50	334,26

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių-morkų-svogūnų sriuba su grietine 30%(ankštinis)(tausojantis)	SR-28	150	12,08	5,739	26,292	220,19
Kiaulienos" Netikras zuikis"(tausojantis)	AP-6	80	14,37	7,02	6,58	147,42
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-12	20	0,86	1,84	2,58	30,2
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	100	0,6	0	4,03	18,14
Bulvių košė (tausojantis)	GA-37	100	2,72	2,92	16,68	102,09
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			30,63	17,519	56,162	518,04

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai(tausojantis)	PV-20	150	20,71	9,64	37,67	313,7
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-12	20	0,86	1,84	2,58	30,2
Nesaldinta kinrožių arbata	GR-13	150	0,00	0	0	0
Iš viso			21,57	11,48	40,25	343,9
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>61,02</b>	<b>37,89</b>	<b>153,91</b>	<b>1196,20</b>

2 savaitė

## PUSRYČIAI

Pirmadienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu grikių kruopų košė(tausojantis)	PV-17	200	6,69	3,11	36,09	199,11
Sviestas 82%(tausojantis)	PD-19	8	0,05	6,6	0,07	59,84
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,5	0	12,10	48,60
Nesaldinta kėlynų arbata	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			7,28	9,71	48,89	310,70

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių-morkų sriuba(tausojantis)(augalinis)(ankštinis)	SR-27	150	2,95	2,42	22,88	125,24
Ryžių-kiaulienos plovos (tausojantis)	AP-7	150/50	17,36	13,31	33,45	333,73
Pomidorų-agurkų salotos su grietine 30 %	GA-43	80	0,55	2,4	5,38	41,22
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0,00
Iš viso			20,86	18,13	61,71	500,19

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės 9%-bulvių piršteliai (tausojantis)	PV-54	200	10,52	5,32	57,28	313,85
Pieno 2,5 % padažas(tausojantis)	PD-12	20	0,86	1,84	2,58	30,2
Nesaldinta kėlynų arbata	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			11,42	7,16	60,49	347,2
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39,56</b>	<b>35,00</b>	<b>171,09</b>	<b>1158,09</b>

2 savaitė  
Antradienis

PUSRYČIAI  
08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu ryžių košė su sviestu 82%(tausojantis)	PV-11	200/5	6,29	6,4	43,01	243,7
Uogienė	PD-21	10	0,03	0	7,09	27,10
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,5	0	12,10	48,60
Nesaldinta mėtų arbata	GR-20	150	0	0	0	0
Iš viso			6,82	6,40	62,20	319,40

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grietine 30% (tausojantis)	SR-3	150/9	1,51	6,69	11,18	105,21
Žuvies maltinis su petražolėmis ir sviestu 82%(tausojantis)	AP-25	100	17,24	8,34	9,41	182,87
Morkų- grietinės 30 %-pieno 2,5% padažas	PD-8	25	1,3	6,56	3,43	74,53
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	GA-11	100	2,11	0,16	21,05	88,67
Pomidorų-agurkų salotos su grietine 30 %	GA-43	80	0,55	2,4	5,38	41,22
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			22,71	24,15	50,45	492,5

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai(tausojantis)	PV-20	150	20,71	9,64	37,67	313,70
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-9	30	1,29	2,76	3,87	46,35
Nesaldinta kmyių arbata	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			22,04	12,4	42,17	363,2
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51,57</b>	<b>42,95</b>	<b>154,82</b>	<b>1175,10</b>



2 savaitė

PUSRYČIAI

Trečiadienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu avižinių dribsnių košė su sviestu 82%(tausojantis)	PV-10	200/5	8,74	8,89	38,31	258,56
Uogienė	PD-21	10	0,03	0	7,09	27,10
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,5	0	12,10	48,60
Nesaldinta mėtų arbata	GR-20	150	0	0	0,00	0,00
Iš viso			9,27	8,89	57,50	334,26

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų -bulvių sriuba grietine 30%(tausojantis)	SR-7	150\9	2,23	6,69	11,96	111,45
Virtinukai su varškės 9% įdaru(tausojantis)	AP-18	80/50	14,05	5,36	49,66	303,62
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-12	20	0,86	1,84	2,58	30,2
Trintas bananų, obuolių ir braškių kokteilis(augalinis)	GA-42	95	0,875	0,355	17,15	75,22
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			18,015	14,245	81,35	520,49

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklandžiai (tausojantis)	PV-39	120	8,24	11,55	43,30	299,61
Pienas 2,5%	GR-23	100	3,4	2,5	4,9	56
Iš viso			11,64	14,05	48,2	355,61
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,93</b>	<b>37,19</b>	<b>187,05</b>	<b>1210,36</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis

**PUSRYČIAI**  
08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5%pagrindu penkių grūdų kr. košė(tausojantis)	PV-14	200	7,3	3,8	33,37	195,38
Sviestas 82%	PD-5	10	0,08	8,26	0,08	74,40
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,5	0	12,10	48,60
Nesaldinta kmyių arbata	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			7,92	12,06	46,18	321,53

**PIETŪS 12:00 val.**

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avinžirnių-morkų sriuba (tausojantis)(augalinis)(ankštinis)	SR-24	150	4,98	2,13	13,47	93,11
Vištienos troškiny su morkomis ir žaliais žirneliais (tausojantis)	AP-14	73/35	26,28	11,14	10,65	245,35
Bulvių košė(tausojantis)	GA-37	100	2,72	2,92	16,68	102,09
Burokėlių salotos su aliejumi(augalinis)(tausojantis)	GA-17	3/50	0,95	2,4	7,08	58,47
Geriamasis vanduo su citrina	GR-22	150	0,05	0,03	0,69	3,24
Iš viso			34,98	18,62	48,57	502,26

**VAKARIENĖ 15:30 val.**

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės 9% apkepas(tausojantis)	PV-32	200	22,07	13,59	23,87	308,41
Grietinė 30%	PD-14	15	0,39	4,5	0,41	37,2
Nesaldinta mėtų arbata	GR-20	150	0	0	0,00	0,00
Iš viso			22,46	18,09	24,28	345,61
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>65,36</b>	<b>48,77</b>	<b>119,03</b>	<b>1169,40</b>

2 savaitė

PUSRYČIAI

Penktadienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu kvietinių kruopų košė su sviestu 82%(tausojantis)	PV-38	200/8	8,05	9,66	35,92	253,94
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,5	0	12,10	48,60
Nesaldinta kmylių arbata	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			8,59	9,66	48,65	305,69

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba(tausojantis)(augalinis)(ankštinis)	SR-25	150	7,3	2,39	22,91	142,70
Kiaulienos guliašas su morkomis-svogūnais ir pomidorų padažu(tausojantis)	AP-3	60/60	17,98	14,72	6,67	228,39
Bulvių košė(tausojantis)	GA-37	100	2,72	2,92	16,68	102,09
Šviežūs pomidorai(augalinis)	GA-28	100	0,6	0	4,03	18,14
Geriamasis vanduo su obuoliais	GR-22	150	0,03	0,03	0,98	4,29
Iš viso			28,63	20,06	51,27	495,61

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mažylių blynai su varškės 9% įdaru	PV-57	170 gr.	10,64	11,19	49,19	289,58
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-9	30	1,29	2,76	3,87	46,35
Nesaldinta kmylių arbata	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			11,97	13,95	53,69	339,08
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49,19</b>	<b>43,67</b>	<b>153,61</b>	<b>1140,38</b>

3 savaitė

PUSRYČIAI

Pirmadienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu avižinių dribsnių košė su sviestu 82%(tausojantis)	PV-10	200/5	8,74	8,89	38,31	258,56
Uogienė(braškių ,aviečių ,abrikosų)	PD-13	15	0,05	0	11,19	42,30
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,05	0	12,10	48,60
Nesaldinta mėtų arbata	GR-20	150	0	0	0	0
Iš viso			8,84	8,89	61,60	349,46

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių -perlinių kruopų sriuba su grietine 30%(tausojantis)	SR-21	150/9	4,7	7	17,32	140,18
Kepta garuose riebi žuvis(lašiša, šamas)(tausojantis)	AP-20	80	13,61	18,11	0,39	219,06
Bulvių košė(tausojantis)	GA-37	100	2,72	2,92	16,68	102,09
Pieno padaže troškintos morkos su žirneliais(tausojantis)	GA-34	75	2,1	3,45	7,22	63,14
Marinuoti arba šviežūs agurkai	GA-20	40	0,29	0	1,18	5,88
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			23,42	31,48	42,79	530,35

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės 9% apkepas(tausojantis)	PV-32	200	22,07	13,59	23,87	308,41
Grietinė 30%	PD-14	15	0,39	4,5	0,41	37,2
Uogienė	PD-21	10	0,03	0	7,09	27,10
Nesaldinta žolelių arbata	GR-20	150	0	0	0	0
Iš viso			22,49	18,09	31,37	372,71
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>54,75</b>	<b>58,46</b>	<b>135,76</b>	<b>1252,52</b>

3 savaitė

PUSRYČIAI

TVIRTINU:

Antradienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu" pusryčių" košė (tausojantis)	PV-58	200	7,6	5,43	37,22	201,75
Sviesto 82%-grietinės 30% padažas	PD-23	10	0,21	6,23	0,24	54,80
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,05	0	12,10	48,60
Nesaldinta kinrožių arbata	GR-13	150	0	0	0	0
Iš viso			7,86	11,66	49,56	305,15

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščių sriuba su bulvėmis arba burokėlių sriuba su grietine 30%(šaltuoju metu)(tausojantis)	SR-23 /SR-3	156/40 150/9	1,51	6,69	11,18	105,21
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	GA-11	100	2,11	0,16	21,05	88,67
Karališki balandėliai(tausojantis)	AP-12	100	19,92	11,88	6,02	208,25
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-9	30	1,29	2,76	3,87	46,35
Šparaginių pupelių-morkų-svogūnų troškiny(sausojantis)(augalinis)(ankštinis)	GA-35	100	1,71	2,28	7,89	58,84
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			26,54	23,77	50,01	507,32

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	PV-31	120	8,42	11,55	45,97	310,51
Pienas 2,5 %	GR-23	100	3,40	2,5	4,9	56
Iš viso			11,82	14,05	50,87	366,51
Iš viso (dienos davinio):			46,22	49,48	150,44	1178,98

3 savaitė

PUSRYČIAI

Trečiadienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu ryžių košė su sviestu 82%(tausojantis)	PV-11	200/5	6,29	6,4	43,01	243,7
Uogienė(braškių ,aviečių ,abrikosų)	PD-13	15	0,05	0	11,19	42,30
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,5	0	12,10	48,60
Nesaldinta juodoji arbata	GR-20	150	0	0	0	0
Iš viso			6,84	6,40	66,30	334,60

PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių- morkų sriuba(tausojantis)(augalinis)(ankštinis)	SR-27	150	2,95	2,42	22,88	125,24
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru(tausojantis)	AP-34	120/70	19,91	7,91	34,92	290,07
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-10	15	0,67	1,38	1,93	22,65
Trintas bananų, obuolių ir braškių kokteilis(augalinis)(,tausojantis)	GA-42	95	0,875	0,355	17,15	75,22
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			24,405	12,065	76,88	513,18

VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu mieliniai blynai	PV-8	150	10,86	12,89	56,78	371,76
Nesaldinta mėtų arbata	GR-20	150	0	0	0,00	0,00
Iš viso			10,86	12,89	56,78	371,76
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>42,11</b>	<b>31,36</b>	<b>199,96</b>	<b>1219,54</b>

3 savaitė  
Ketvirtadienis

PUSRYČIAI  
08:30 val.

TVIRTINU



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu grikių kruopų košė(tausojantis)	PV-17	200	6,69	3,11	36,09	199,11
Sviestas 82%	PD-5	10	0,08	8,26	0,08	74,40
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,5	0	12,10	48,60
Nesaldinta mėtų arbata	GR-20	150	0	0	0,00	0,00
Iš viso			7,27	11,37	48,27	322,11

PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Paukštienos–morkų-naminių makaronų sultinys su grietine 30%(tausojantis)	SR-1	150/5	6,72	7,25	19,74	159,06
Vištienos maltinis (tausojantis)	AP-32	75	19,46	8,47	8,23	183,57
Bulvių koše (tausojantis)	GA-37	100	2,72	2,92	16,68	102,09
Marinuoti agurkai/burokėlių salotos su aliejumi(augalinis)(tausojantis)	GA19 GA-17	30/50/3	2,46	2,4	7,78	68,47
Geriamasis vanduo su braškėmis	GR-22	150	0,07	0,03	0,73	3,45
Iš viso			31,43	21,07	53,16	516,64

VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai (tausojantis)	PV-39	120	8,24	11,55	43,30	299,61
Pienas 2,5%	GR-23	100	3,4	2,5	4,9	56
Iš viso			11,64	14,05	48,2	355,61
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>50,34</b>	<b>46,49</b>	<b>149,63</b>	<b>1194,36</b>

3 savaitė

PUSRYČIAI

Penktadienis

08:30 val.



PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno 2,5% pagrindu penkių grūdų kr. košė(tausojantis)	PV-14	200	7,3	3,8	33,37	195,38
Sviestas 82%	PD-5	10	0,08	8,26	0,08	74,40
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	VS-3	120	0,5	0	12,10	48,60
Nesaldinta kmylių arbata	GR-13	150	0,04	0	0,63	3,15
Iš viso			7,92	12,06	46,18	321,53

## PIETŪS 12:00 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių-pupelių-kopūstų sriuba su grietine 30%(tausojantis)	SR-6	150/5	3,14	5,76	13,76	108,52
Kepta vištienos filė(tausojantis)	AP-22	75	18,36	13,88	4,48	216,45
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-10	15	0,67	1,38	1,93	22,65
Virti ryžiai(augalinis)(tausojantis)	GA-18	80	2,07	3,17	22,95	122,85
Šparaginių pupelių-morkų-svogūnų troškiny(tausojantis),(augalinis),(ankštinis)	GA-35	100	1,71	2,28	7,89	58,84
Geriamasis vanduo	GR-22	150	0	0	0	0
Iš viso			25,95	26,47	51,01	529,31

## VAKARIENĖ 15:30 val.

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal.
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės 9% -bulvių piršteliai(tausojantis)	PV-54	200	10,52	5,32	57,28	313,85
Pieno 2,5% padažas(tausojantis)	PD-9	30	1,29	2,76	3,87	46,35
Nesaldinta žolelių arbata	GR-20	150	0	0	0,00	0,00
Iš viso			11,81	8,08	61,15	360,2
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45,68</b>	<b>46,61</b>	<b>158,34</b>	<b>1211,04</b>