

UAB „Orden“

Darbininkų g.12, Praulių k., Šilų sen., Jonavos r. sav.

Panevėžio r. Smilgų gimnazija Panevėžio g. 1 Smilgiai

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

Direktore
Dalia Filimonova



15 DIENŲ MOKAMŲ PIETŲ MAITINIMO

VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 m. ir vyresni

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Istaigos darbo laikas

Nuo 8⁰⁰ iki 15⁰⁰ val.

1 savaitė - Pirmadienis


 direktorė
 Asta Kačarauskienė
I komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje troškinta vištienos file su daržovėmis (T)	Se-P5	60/60	22,1	4,6	3,2	142
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	130	5,5	1,3	30,0	154
Pekininio kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	125	1,3	7,2	4,0	86
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			33,9	16,0	73,3	572

II komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	V024	150	23,3	15,2	34,7	369
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	16
Šviežios, traškios morkytės (A)	Se-D36	90	0,5	0,3	7,1	33
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,8	19,1	79,1	608

III komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Bulgur kruopų troškiny (T), (A)	Se-Kr36	200	7,3	5,2	46,7	263
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	100	0,9	9,4	7,9	120
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			13,2	17,5	90,6	573



Direktorė
Dalia Filimonova

1 savaitė - Pirmadienis
IV komplektas Pietūs *M. 45* val.

AK
Asta Kačarauskienė
direktorė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	3,2	2,2	12,5	82
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Konvekcineje krosnyje kepti vištienos ir kalakutienos kukuliai (T)	Se-P2	60/60	24,7	5,8	2,3	160
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	120	4,2	3,9	26,0	156
Pekininio kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	120	1,3	6,9	3,8	83
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			35,2	19,5	68,2	589

V komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	3,2	2,2	12,5	82
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Vištienos kukuliai su daržovėmis (tausojantis)	P004.1	140/30	20,8	17,8	4,0	259
Virti brinkinti griekiai (tausojantis)	Gr018	120	5,3	1,3	29,1	149
Pekininio kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	145	1,6	8,3	4,6	100
Sezoniniai vaisiai		80	0,3	0,3	10,4	46
Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais	G009	150	0,1	0,0	0,5	2
Iš viso:			32,7	30,3	71,6	689
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			33,9	16,0	73,3	572
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			29,8	19,1	79,1	608
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			13,2	17,5	90,6	573
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			35,2	19,5	68,2	589
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			34,3	30,3	73,1	702

Direktore
 Dalia Filimonova
I komplekts Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsēga, g	Patiekalo maistīnē vērtē, g			Enerģinē vērtē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angļiavandeniā, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Ryžiņu kruopu sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150	2,5	2,2	20,1	110
Viso grūdo ruginē duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Troškinta jautiena su daržovēm (tausojantis)	J002	45/75	17,6	12,3	7,1	209
Bulviņu košē (T)	Se-Gr7	100	2,3	2,9	16,7	102
Šviežiņu agurku salotas su krapais (augalinis)	S011	110	0,9	5,7	2,5	65
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovēm, žolelēm ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			25,0	23,8	69,9	594

II komplekts Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsēga, g	Patiekalo maistīnē vērtē, g			Enerģinē vērtē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angļiavandeniā, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Ryžiņu kruopu sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150	2,5	2,2	20,1	110
Viso grūdo ruginē duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Konvekcīnē krosnyje kepti varškēs paplotēļiai su cukinijomis (T)	Se-V5	105/35	23,3	20,6	24,6	377
Grietinē 30%		30	0,7	9,0	0,9	88
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	85	0,7	0,2	2,0	12
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovēm, žolelēm ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,0	32,6	71,2	694

III komplekts Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsēga, g	Patiekalo maistīnē vērtē, g			Enerģinē vērtē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angļiavandeniā, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Ryžiņu kruopu sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150	2,5	2,2	20,1	110
Viso grūdo ruginē duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Virti kvietīniņu miltu makaronai su fermentīnu sūri (45%) (tausojantis)	M008.1	152/28	16,9	11,0	55,7	389
Švieži salotā lapai ir pjaustyti vyšņiniai pomidoriukai apšlakstyti nerafinuoto alyvuogiņu aliejaus užpilu (A)	Se-S24	90	1,0	9,1	2,7	96
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovēm, žolelēm ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			22,2	22,9	102,0	703

1 savaitė - Antradienis

IV kom.tas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti maltos kiaušienos kukuliai su manų kruopomis ir čiobreliais (T)	Se-K3.1	124/15/1	36,4	9,4	6,4	255
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	150	3,4	4,4	25,0	153
Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapais (A)	Se-S20	145	1,2	3,2	3,9	49
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			45,3	19,8	79,0	675

V komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150	
Troškinta kiaušiena su daržovėmis (tausojantis)	K004	62/98	25,6	14,4	9,9	272
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	140	4,5	0,8	34,7	165
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	150	2,1	6,0	9,4	99
Sezoniniai vaisiai		80	0,3	0,3	10,4	46
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			35,0	23,7	84,5	691
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			25,0	23,8	69,9	594
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			29,0	32,6	71,2	694
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			22,2	22,9	102,0	703
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			45,3	19,8	79,0	675
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			35,0	26,5	74,7	678

A direktorė
Asta Kačarauskienė

Direktore
Dalia Filimonova

I komplekts Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadināms	Rp. Nr.	Išēiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistīnē vērtē, g			Enerģinē vērtē, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandenai, g	
			Rudujū ryžujū sriuba su daržovēmīs (bulvēmīs, morkomīs ir paprikomīs) (T), (A)	Se-Sr19	150	
Višo grūdo rugīnē duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitēje kepta vištienos filiē (tausojuantīs)	P020.1	100	36,0	2,8	0,5	171
Brīnkīntos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	155
Šviežīos tarkuotū cukīnīju, morkū ir molīūgu salotos (A)	Se-S7.1	110	1,2	3,1	9,2	69
Sezonīnīai vaīsaī		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanīntos vaīsaī, daržovēmī, žolelēmī ar uogomī)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš višo:			46,3	10,3	82,2	606

II komplekts Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadināms	Rp. Nr.	Išēiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistīnē vērtē, g			Enerģinē vērtē, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandenai, g	
			Rudujū ryžujū sriuba su daržovēmī (bulvēmī, morkomī ir paprikomī) (T), (A)	Se-Sr19	150	
Višo grūdo rugīnē duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Vīrtī varškēčaī (tausojuantīs)	V001.1	180	24,6	12,7	39,2	369
Grietīnē 30%		40	1,0	12,0	1,2	117
Garuose apkeptos cukīnīju lazdelēs (T), (A)	Se-D15	110	2,1	4,1	6,6	71
Sezonīnīai vaīsaī		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanīntos vaīsaī, daržovēmī, žolelēmī ar uogomī)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš višo:			31,3	32,8	86,8	768

III komplekts Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadināms	Rp. Nr.	Išēiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistīnē vērtē, g			Enerģinē vērtē, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandenai, g	
			Rudujū ryžujū sriuba su daržovēmī (bulvēmī, morkomī ir paprikomī) (T), (A)	Se-Sr19	150	
Višo grūdo rugīnē duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Morkū blynēlaī (T)	Se-M8	180	13,9	6,3	79,1	429
Uogīnē		40	0,2	0,0	16,4	66
Pjaustyti šviežī agurkaī (A)	Se-D20	110	0,9	0,2	2,5	16
Sezonīnīai vaīsaī		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanīntos vaīsaī, daržovēmī, žolelēmī ar uogomī)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš višo:			18,6	10,7	137,8	722

Direktore
Dalia Filimonova

 direktore
Asta Kačaravskienė

1 savaitė - Trečiadienis

IV kompleksas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			11 m. ir vyr.	baitymai, g	riebalai, g	
			11 m. ir vyr.			
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	110	25,0	5,5	6,3	174
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	130	5,9	0,3	35,5	168
Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)	Se-S7.1	120	1,3	3,3	10,1	76
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			35,8	13,2	91,7	629

V kompleksas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			11 m. ir vyr.	baitymai, g	riebalai, g	
			11 m. ir vyr.			
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	103
Kvietinių miltų makaronai su troškintos miltos kiaulienos padažu (tausojantis)	M008.9	127/53	14,6	7,8	51,5	335
Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)	Se-S7.1	90	1,0	2,5	7,5	57
Sezoniniai vaisiai		80	0,3	0,3	10,4	46
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			17,8	14,1	85,7	540
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			46,3	10,3	82,2	606
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			31,3	32,8	86,8	768
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			18,6	10,7	137,8	722
IV kompleksas Iš viso (dienos davinio):			35,8	13,2	91,7	629
V kompleksas Iš viso (dienos davinio):			29,6	16,1	94,4	641

cdl
 Direktorė
 Asta Kačarauskienė

Direktore

Dalia Filimonova

1 savaitė - Ketvirtadienis


 direktorė
 Asta Kačarauskienė

I komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	1,3
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti kiaušienos maltinukai su trintais pomidorais (T)	Se-K1	60/40	15,6	5,5	6,4	137
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	140	6,2	1,5	34,0	174
Burokėlių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	120	1,9	9,5	11,4	139
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			26,9	18,6	83,8	611

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	1,3
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Konvekcineje krosnyje keptas varškės apkepas (T)	Se-V9	150	27,1	24,7	14,5	388
Grietinė 30%		30	1,0	0,8	1,3	16
Konvekcineje krosnyje keptos morkytės (T), (A)	Se-D3	90	1,3	11,8	10,3	153
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			32,5	39,5	58,1	717

III komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	1,3
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti raudonųjų lęšių ir morkų paplotėliai (T), (A)	Se-Kr35	119/21	13,6	10,2	36,6	293
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %		40	0,3	1,5	2,6	25
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	90	0,7	7,7	3,1	85
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			17,8	21,6	74,3	563

1 savaitė - Ketvirtadienis

IV komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Troškinti veršienos gabaliukai su bulvėmis, salieru, morkomis ir svogūnais (T)	Se-J6	43/36/61	13,0	4,3	13,8	146
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	120	5,3	1,3	29,1	149
Burokėlių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	130	2,1	10,2	12,4	150
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			23,6	18,1	87,3	606

V komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	V012	142/18	17,5	13,3	21,1	274
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	117
Burokėlių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	100	1,6	7,9	9,5	116
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			23,9	35,5	69,1	692
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			26,9	18,6	83,8	611
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			32,5	39,5	58,1	717
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			17,8	21,6	74,3	563
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			23,6	18,1	87,3	606
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			39,6	26,1	94,1	759



Direktorė
Dalia Filimonova



direktorė
Asta Kačarauskienė

1 savaitė - Penktadienis


 direktorė
 Asta Kačarauskienė


 Direktore
 Dalia Filimonova
I komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			11 m. ir vyr.	baitymai, g	riebalai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	48
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Garuose kepta lydekos file (T)	Se-Ž4	100	25,7	3,3	0,4	134
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	160	5,7	1,5	37,1	185
Agurkų ir morkų salotos (A)	Se-S31	130	1,1	9,2	7,1	115
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			36,1	16,4	80,7	615

II komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			11 m. ir vyr.	baitymai, g	riebalai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	V024	150	23,3	15,2	34,7	369
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	117
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	95	0,9	8,9	7,5	114
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			27,9	38,5	74,4	755

III komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			11 m. ir vyr.	baitymai, g	riebalai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Avinžirnių ir moliūgų apkepas (T), (A)	Se-D14	180/120	21,0	8,7	50,8	365
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %		60	0,4	2,2	3,8	37
Švieži vyšniniai pomidoriukai (A)	Se-D22	180	1,4	0,5	6,3	36
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0

1 savaitė - Penktadienis

IV kompleksas Pietūs val.

Direktore
Dalia Filimonova

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje garuose kepti jūrų lydekų maltinukai (T)	Se-Ž12	100	18,5	10,5	5,2	190
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	140	4,9	1,4	32,4	162
Agurkų ir morkų salotos (A)	Se-S31	120	1,0	8,5	6,5	106
Sezoniniai vaisiai		100	1,4	3,3	5,4	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			28,4	25,5	67,5	613

V kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti lašišų maltinukai (tausojantis)	Ž019	100	29,8	23,3	0,1	329
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	150	3,4	4,4	25,0	153
Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S004.1	125	1,3	6,5	11,7	110
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			37,3	36,5	67,7	748
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			36,1	16,4	80,7	615
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			27,9	38,5	74,4	755
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			25,7	13,7	91,9	594
IV kompleksas Iš viso (dienos davinio):			28,4	25,5	67,5	613
V kompleksas Iš viso (dienos davinio):			37,3	36,5	67,7	748

Asta Kačaramkienė
direktorė

Direktoriė
 Dalia Filimonova

I komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Kapotos vištienos kepsniukai	P019	100	20,8	8,9	4,9	183
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	155
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	110	3,3	17,3	6,5	195
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			35,5	28,4	81,5	724

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su bananais (T)	Se-V10	114/36	21,5	17,3	38,6	396
Grietinė 30%		30	0,7	9,0	0,9	88
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	90	0,7	7,7	3,1	85
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			28,9	35,9	79,9	759

III komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Keptuvėje kepti avižinių dribsnių ir bolivinių balandų blynėliai su obuoliais ir bananais (T), (A)	Se-Kr11.1	125/33/40/22	10,6	7,2	61,4	353
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	31
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	130	1,1	11,2	4,5	123
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0

2 savaitė - Pirmadienis

IV kompleksas Pietūs val.

Direktore
Dalia Filimonov

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Garuose kepti kalakutienos maltinukai su daržovėmis (T)	Se-P15	90/10	20,4	6,8	2,7	154
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	140	6,3	0,3	38,3	181
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	120	3,6	18,9	7,1	213
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			36,3	28,0	85,3	738

V kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	K002	90	19,7	8,0	1,4	156
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	155
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	110	3,3	17,3	6,5	195
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,3	27,5	78,0	697
I kompleksas iš viso (dienos davinio):			35,5	28,4	81,5	724
II kompleksas iš viso (dienos davinio):			28,9	35,9	79,9	759
III kompleksas iš viso (dienos davinio):			17,9	20,4	110,3	697
IV kompleksas iš viso (dienos davinio):			36,3	28,0	85,3	738
V kompleksas iš viso (dienos davinio):			37,6	25,5	90,5	742


 direktorė
Asta Kačarauskienė

Direktoriė
 Dalia Filimonova
I komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti maltos kiaulienos kukuliai (T)	Se-K3	120	37,4	9,7	1,7	244
Virtos miežinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr033	120	5,2	1,0	30,8	153
Morkų, obuolių salotos (A)	Se-S15	120	0,9	0,3	12,7	57
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			46,6	13,2	77,3	615

II komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti varškėčiai (T)	Se-V12	85/45	26,7	21,2	17,4	368
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	117
Garuose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	85	1,6	3,2	5,1	55
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			32,4	38,6	55,9	701

III komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Konvekciniėje krosnyje kepti brinkintų grikių ir cukinijų kotletukai (T), (A)	Se-Kr23	157/23	10,1	8,2	59,1	351
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %		40	0,3	1,5	2,6	25
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	110	1,0	10,4	8,7	132
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			14,5	22,7	102,6	608

2 savaitė - Antradienis

IV komplektas Pietūs val. *M. 45*Direktore
Dalia Filimonova

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	150	1,3	1,5	8,7	53
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Virti kvietinių miltų makaronai su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	M008.1	152/28	16,9	11,0	55,7	389
Morkų, obuolių salotos (A)	Se-S15	90	0,7	0,3	9,5	43
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			20,7	13,4	97,4	593

V komplektas Pietūs val. *M. 45*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	150	1,4	4,1	3,9	58
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	K023.1	55/25	20,5	8,4	2,2	167
Virtos miežinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr033	150	6,5	1,2	38,4	191
Baltagūžių kopūstų salotos su morkomis ir porais bei nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	S037	115	1,7	6,0	7,5	91
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			31,9	20,4	75,6	614
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			46,6	13,2	77,3	615
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			32,4	38,6	55,9	701
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			14,5	22,2	102,6	669
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			20,7	13,4	97,4	593
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			30,5	20,0	80,9	626


 direktorė
Asta Kačarauskienė

I komplektas Pietūs *M. 45* val.
 Direktoriė
 Dalia Filimonova

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	150	2,1	1,6	14,4	81
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Vištienos šlaunelių mėsa troškinta grietinėlėje (T)	Se-P16	135/15	29,2	16,3	2,7	275
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	150	3,4	4,4	25,0	153
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S22	150	2,3	2,9	10,6	78
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			38,9	26,0	76,2	694

II komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	150	2,1	1,6	14,4	81
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptas varškės apkepas (T)	Se-V21	160	26,3	22,1	21,3	390
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	117
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	100	0,8	0,2	2,3	14
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0		0,0	0
Iš viso:			32,0	36,6	62,8	709

III komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	150	2,1	1,6	14,4	81
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Virti makaronai su pomidorais, špinatais ir ciberžole (T), (A)	Se-M17	132/68	6,7	7,7	59,4	334
Orkaitėje kepti burokėliai (T), (A)	Se-D26	100	2,1	10,2	12,4	149
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0		0,0	0

2 savaitė - Trečiadienis

IV komplektas Pietūs val.


 direktorė
 Asta Kačarauskienė

 Direktoriė
 Dalia Filimonova

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	150	2,1	1,6	14,4	81
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Garuose kepta vištienos file su sezamų sėklomis (T)	Se-P13	134/6	39,1	4,7	1,6	205
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	150	6,6	1,6	36,4	187
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S22	145	2,2	2,8	10,2	75
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0		0,0	0
Iš viso:			51,9	11,5	86,2	655

V komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	150	2,1	1,6	14,4	81
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Plovav su kiauliena (tausojantis)	K001	140/110	39,1	21,3	39,5	506
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	65/65	1,2	0,3	4,2	24
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0		0,0	0
Iš viso:			44,2	23,9	81,6	718
I komplektas iš viso (dienos davinio):			38,9	26,0	76,2	694
II komplektas iš viso (dienos davinio):			32,0	36,6	62,8	709
III komplektas iš viso (dienos davinio):			12,7	20,2	109,8	672
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			51,9	11,5	86,2	655
V komplektas iš viso (dienos davinio):			43,4	23,8	74,1	684

I komplektas Pietūs *M. 45* val.Direktorė
Dalia Filimonova

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų ar kt.) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti jautienos kukuliai (tausojantis)	J006	80	24,4	13,5	3,8	234
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	160	7,1	1,7	38,8	199
Garuose keptos sezoninės daržovės (morkos, pomidorai, salierai, paprikos, brokoliai, cukinijos) (T), (A)	Se-D10	120	2,2	3,6	9,8	80
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			37,1	21,1	84,3	675

II komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų ar kt.) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti varškės ir pilno grūdo kapotų avižinių kruopų paplotėliai su bananais (T)	Se-V19	153/27	25,8	21,9	33,8	436
Grietinė 30%		30	0,7	9,0	0,9	88
Šviežių morkų lazdelės (A)	Se-D27	105	1,1	0,2	9,1	43
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			33,1	33,9	82,6	769

III komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų ar kt.) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Avinžirnių troškiny su daržovėmis (pomidorais, paprikomis, morkomis) (T), (A)	Se-D6	196/84	16,2	10,5	37,4	309
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, žalumynais bei šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S19	140	1,7	9,2	5,7	112
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0


 Direktorė
 Asta Kačarauskienė

2 savaitė - Ketvirtadienis

IV kompleksas Pietūs *M. 45* val.

 direktorė
 Asta Kačarauskienė

 Direktorė
 Dalia Filimonova
 

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų ar kt.) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150	3,7	2,2	15,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai (T)	Se-K5	120	27,9	7,5	13,7	234
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	150	6,6	1,6	36,4	187
Garuose keptos sezoninės daržovės (morkos, pomidorai) (T), (A)	Se-D10	135	1,7	2,4	8,5	62
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			41,7	14,3	97,4	686

V kompleksas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų ar kt.) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150	3,7	2,2	15,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Menkių filė maltiniai (tausojantis)	Ž005	90	14,3	3,9	1,5	98
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	140	6,2	1,5	34,0	174
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalmynais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S008	115	1,7	6,1	11,0	105
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			27,8	14,3	85,2	581
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			37,1	21,1	84,3	675
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			33,1	33,9	82,6	769
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			23,4	22,6	81,8	624
IV kompleksas Iš viso (dienos davinio):			41,7	14,3	97,4	686
V kompleksas Iš viso (dienos davinio):			23,8	22,4	75,0	627

Direktorė
 Dalia Filimonova
I komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Garuose kepti lašišų file kepsneliai su citrinomis (T)	Se-Ž7	86/4	21,2	14,4	0,6	217
Garuose keptos bulvytės (T), (A)	Se-D12	150	3,8	1,2	34,8	165
Šviežių agurkų salotos (A)	Se-S20	120	1,0	3,2	2,9	44
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			30,6	21,9	81,8	647

II komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su kukurūzų miltais ir bananais (T)	Se-V15	105/30/15	23,1	18,7	32,8	392
Grietinė 30%		30	0,7	9,0	0,9	88
Švieži vyšniniai pomidoriukai (A)	Se-D22	90	0,7	0,3	3,2	18
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,1	31,2	80,4	719

III komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Kukurūzų ir sorų miltų blynėliai su bananais ir troškintais obuoliais (A)	Se-M10.1	130/18/32	4,7	12,3	55,5	352
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %		40	0,3	1,5	2,6	25
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	110	0,9	9,4	3,8	104
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0

2 savaitė - Penktadienis

IV komplektas Pietūs *M. 45* val.Direktorė
Dalia Filimonova*AS*
A. Karauskienė
direktorė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptos jūrinių lydekų filė (tausojantis)	Ž017	120	25,8	5,1	0,0	149
Garuose keptos bulvytės (T), (A)	Se-D12	120	3,1	0,9	27,9	132
Šviežių agurkų salotos (A)	Se-S20	120	1,0	2,7	3,2	44
Sezoniniai vaisiai		110	0,4	0,4	14,3	63
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,5	11,9	76,0	552

V komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptos menkių filė (tausojantis)	Ž016	90	18,6	1,7	0,0	90
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	Gr013	150	9,2	2,3	50,5	259
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	S033	120	1,3	7,9	4,3	94
Sezoniniai vaisiai		110	0,4	0,4	14,3	63
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			33,7	15,0	99,7	669
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			30,6	21,9	81,8	647
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			29,1	31,2	80,4	719
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			10,5	26,4	105,4	702
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			34,5	11,9	76,0	552
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			36,8	26,5	99,9	786

3 savaitė - Pirmadienis

direktorė
Asta KačarauskienėDirektorė
Dalia FilimonovaI komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptas vištiesos maltinukas (tausojantis)	P017	100	22,7	5,0	5,7	158
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	150	6,8	0,3	41,0	194
Burokėlių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	125	2,0	9,9	11,9	144
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			35,1	18,3	97,9	697

II komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Varškės ir cukinijų paplotėliai su spelta miltais (T)	Se-V17	123/66/31	24,5	27,9	29,1	466
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	21
Pjaustyti pomidorai (A)	Se-D19	130	1,3	0,3	5,3	29
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,5	31,3	73,7	694

III komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Virti pilno grūdo makaronai su avokadais ir špinatais (T), (A)	Se-M22	187/22/11	12,6	8,5	72,6	417
Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A)	Se-S1.1	110	1,2	4,4	3,6	59
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0

3 savaitė - Pirmadienis

IV kompleksas Pietūs *M.45* val.

 direktorė
Asta Kačarauskienė


 Direktore
Dalia Filimonova

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Vištienos kukuliai su daržovėmis (tausojuantis)	P004.1	83/67	20,4	17,5	3,9	254
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	155
Burokėlių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	135	2,1	8,6	12,4	135
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			31,6	29,4	88,4	745

V kompleksas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepta vištienos filė (tausojuantis)	P020.1	90	32,4	2,6	0,4	154
Virtos grikių kruopos (tausojuantis)	Gr013	150	6,3	1,6	34,7	178
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	120	1,7	6,3	7,8	92
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			44,0	13,6	82,1	624
I kompleksas iš viso (dienos davinio):			35,1	18,3	97,9	697
II kompleksas iš viso (dienos davinio):			29,5	31,3	73,7	694
III kompleksas iš viso (dienos davinio):			17,4	16,1	115,4	676
IV kompleksas iš viso (dienos davinio):			31,6	29,4	88,4	745
V kompleksas iš viso (dienos davinio):			44,0	13,6	82,1	624

Direktoriė
 Dalia Filimonova
I komplektas Pietūs val. *M. 45*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti veršienos gabaliukai su baklažanais, morkomis ir paprikomis (T)	Se-J9	63/37	19,1	8,8	5,0	176
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	140	4,9	1,4	32,4	162
Pekininio kopūsto salotos su kukurūzais (A)	Se-S30	120	2,1	2,8	12,1	82
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			33,4	15,8	86,0	620

II komplektas Pietūs val. *M. 45*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Konvekciniėje krosnyje kepti varškėčiai su obuoliais (T)	Se-V16	138/12	25,7	18,3	37,9	419
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	117
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	95	0,8	0,2	2,2	13
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,6	33,3	77,8	750

III komplektas Pietūs val. *M. 45*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.				11 m. ir vyr.
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Keptuvėje kepti kukurūzų miltų blynai (A)	Se-M12	140	6,4	21,0	53,6	429
Uogienė		40	0,3	0,2	7,0	31
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	90	0,8	8,5	7,1	108
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			14,7	32,5	104,2	768

3 savaitė - Antradienis

IV komplektas Pietūs val. *M. 45*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaiteje kepti kiaulienos maltinukai su daržovėmis ir raudonėliu (T)	Se-J10	110	9,9	15,9	6,6	209
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	150	5,3	1,5	34,8	173
Pekininio kopūsto salotos su kukurūzais (A)	Se-S30	130	2,3	3,0	13,1	89
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			24,7	23,3	90,9	672

V komplektas Pietūs val. *M. 45*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Virti kvietinių miltų makaronai su fermentiniu sūriu (45%) (tausojančiai)	M008.1	180	16,9	11,0	55,7	389
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	45/45	0,8	0,2	5,0	25
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			24,9	14,0	97,1	614
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			33,4	15,8	86,0	620
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			34,6	33,3	77,8	750
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			14,7	32,5	104,2	768
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			24,7	23,3	90,9	672
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			37,6	19,1	80,7	645



Kačarauskienė
Direktorė
Kačarauskienė

I komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	60
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Konvekciniėje krosnyje kepti vištienos ir grikių kotletukai (T)	Se-P3	86/64	32,0	6,7	21,1	272
Žiedinių kopūstų piure (T), (A)	Se-Gr10	100	2,9	4,3	6,1	75
Salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	125	1,1	8,8	6,8	111
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			39,9	21,8	67,5	626

II komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	60
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptas varškės apkepas (T)	Se-V3	200	36,8	22,0	22,8	436
Grietinė 30%		50	1,2	15,0	1,6	146
Garuose apkeptas cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	125	2,4	4,6	7,5	81
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			44,3	43,6	65,3	831

III komplektas Pietūs *M.45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			11 m. ir vyr.
Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	60
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Troškintos šparaginės pupelės su morkomis ir trintais pomidorais (T), (A)	Se-D42	150	3,6	3,7	16,1	112
Garuose keptos bulvytės (T), (A)	Se-D12	120	3,1	0,9	27,9	132
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	135	4,1	21,3	7,9	240
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0

3 savaitė - Trečiadienis

IV kompleksas Pietūs *M. 415* val.Direktorė
Dalia Filimonovė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Orkaitėje kepti vištienos ir daržovių iešmeliai (T)	Se-P1	150	25,1	14,3	2,8	240
Garuose keptos bulvytės (T), (A)	Se-D12	120	3,1	0,9	27,9	132
Salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	135	1,2	9,5	7,3	120
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,0	26,8	76,8	684

V kompleksas Pietūs *M. 415* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Orkaitėje kepti "Žemaičių" blynai su kiauliena (tausojantis)	D011	187/63	22,0	21,7	43,7	458
Grietinė 30%		30	0,7	9,0	0,9	88
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	70/70	1,3	0,3	4,5	25
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			28,6	33,1	87,9	764
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			39,9	21,8	67,5	626
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			44,3	43,6	65,3	831
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			15,4	27,9	90,7	676
IV kompleksas Iš viso (dienos davinio):			34,0	26,8	76,8	684
V kompleksas Iš viso (dienos davinio):			28,6	33,1	87,9	764


 direktorė
Asta Kačarauskienė

3 savaitė - Ketvirtadienis


 direktorė
 Asta Kačarauskienė

 Direktorių
 Dalia Filimonova
I komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Kiaulienos troškiny su pupelėmis (T)	Se-K7	90/60	21,8	5,2	19,8	213
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	120	5,3	1,3	29,1	149
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	135	1,9	5,4	8,4	90
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			33,0	14,8	98,0	657

II komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti varškėčiai (T)	Se-V13	150	27,7	21,6	27,9	416
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	117
Šviežios, traškios morkytės (A)	Se-D36	95	0,6	0,3	7,5	35
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			33,2	36,9	77,3	774

III komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	
Viso grūdo ruginė duona		40	2,8	0,6	21,1	101
Šparaginių pupelių troškiny (tausojantis) (augalinis)	D014	280	5,7	16,5	24,4	269
Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A)	Se-S1.1	140	1,5	5,6	4,6	75
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0

3 savaitė - Ketvirtadienis

IV kompleksas Pietūs val.

Direktorė
Dalia Filimonova

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	2,2	2,3	17,1	98
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	K005.2	110	25,6	17,5	1,7	267
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	130	5,7	1,4	31,5	162
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	130	1,8	5,2	8,1	86
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			37,2	27,1	82,0	721

V kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	2,2	2,3	17,1	98
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	K023.1	75/15	25,6	10,5	2,8	209
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	180	4,5	0,8	34,7	165
Baltagūžių kopūstų salotos su morkomis ir porais bei nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojnatis)	S037	135	1,8	6,3	7,8	65
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			36,0	20,6	86,0	644
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			33,0	14,8	98,0	657
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			33,2	36,9	77,3	774
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			12,6	25,4	80,3	600
IV kompleksas Iš viso (dienos davinio):			37,2	27,1	82,0	721
V kompleksas Iš viso (dienos davinio):			31,7	20,0	93,1	646


 direktorė
Asta Kačarauskienė

3 savaitė - Penktadienis

 Direktorė
 Dalia Filimonova
I komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Garuose kepta menkės file (T)	Se-Ž3	110	27,1	2,1	0,5	130
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	150	6,3	1,6	34,7	178
Šviežių morkų ir kopūstų salotos su nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S23	130	1,5	9,6	8,3	125
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			41,8	16,3	84,4	651

II komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su bananais (T)	Se-V14	124/16	22,6	17,5	28,9	364
Grietinė 30%		30	0,7	9,0	0,9	88
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	85	0,7	7,3	2,9	80
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			31,0	36,8	73,8	750

III komplektas Pietūs *M. 45* val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Grikių kruopų blynai	Kr013	140	9,8	16,0	41,2	349
Grietinė 30%		30	0,7	9,0	0,9	88
Šviežių morkų ir kopūstų salotos su nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S23	85	1,0	6,3	5,4	82
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			18,5	34,3	88,5	737

3 savaitė - Penktadienis

IV komplektas Pietūs val.

Direktorė
Dalia Filimonova

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	5,2	2,3	17,4	111
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptos jūrinių lydekų filė (tausojantis)	Ž017	100	21,5	4,3	0,0	124
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	130	5,5	1,3	30,0	154
Šviežių morkų ir kopūstų salotos su nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S23	115	1,3	8,5	7,3	111
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			35,2	17,1	78,3	608

V komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			11 m. ir vyr.			
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	5,2	2,3	17,4	111
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Daržovių (bulvių, cukinijų, moliūgų, paprikų, morkų) troškiny su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	D036	188/52	10,0	9,9	36,5	275
Burokėlių, obuolių ir svogūnų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	S009	120	2,8	8,8	7,7	121
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			19,7	21,7	85,2	615
I komplektas iš viso (dienos davinio):			41,8	16,3	84,4	651
II komplektas iš viso (dienos davinio):			31,0	36,8	73,8	750
III komplektas iš viso (dienos davinio):			18,5	34,3	88,5	737
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			35,2	17,1	78,3	608
V komplektas iš viso (dienos davinio):			32,1	15,0	108,8	615


 direktorė
Asta Kačarauskienė