

Tauragės r. Žygaičių gimnazijos
direktorė

Daiva Gabjėtaitė

2020 m. 09 mėn. 04 d.

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

UAB „Sotega“ Tauragės skyrius

Žygaičių gimnazija

Žygaičių g. 17, Tauragės raj.

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 m. ir vyr.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7 iki 18 val.

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. 028348

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			0,4	0,4	13	53

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	1,77	2,60	6,27	54,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			4,36	3,04	27,19	149,47

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,54	2,85	27,21	141,74

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos kepsneliai	AKMP-PNV-2	80 g.	11,11	18,19	9,01	241,26
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	2,67	4,98	20,51	131,14
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139D	70 g.	1,37	0,31	6,55	29,36
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	2,60	0,72	4,48	39,37
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,75	24,2	40,55	441,13

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė(aukšč.r.)(tausojantis)	AKMPN-54	90 g.	9,90	21,24	0,00	239,40
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139H	120 g.	2,36	0,55	11,24	50,32
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,53	26,65	35,01	438,93

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kepinukai	AKMPN-67C	80 g.	12,57	14,45	9,16	213,84
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	2,67	4,98	20,51	131,14
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139D	70 g.	1,37	0,31	6,55	29,36

Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	2,60	0,72	4,48	39,37
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,21	20,46	40,7	413,71

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukulis(tausojantis)	AKMPNN-164A	80 g.	17,39	5,51	2,49	128,32
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11E	160 g.	4,55	5,18	25,35	159,16
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139F	80 g.	1,57	0,36	7,50	33,53
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21G	70 g.	3,64	1,00	6,28	55,11
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,15	12,05	41,62	376,12

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos kepinukai	AKMPN-49A	80 g.	11,11	18,19	9,01	241,25
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8A	130 g.	2,32	4,32	17,77	113,66
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139F	80 g.	1,57	0,36	7,50	33,53
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21B	30 g.	1,56	0,43	2,69	23,62
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,56	23,3	36,97	412,06

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta vištienos filė	AKMPN-64A	80 g.	17,15	19,29	11,70	253,51
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11A	130 g.	3,70	4,21	20,60	129,32
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139H	120 g.	2,36	0,55	11,24	50,32
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,21	24,05	43,54	433,15
		Iš viso:	128,71	137,00	305,79	2859,31



1 savaitė antradienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			0,8	0,2	11	43

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,65	1,61	29,34	139,97

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis)(tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	1,77	2,60	6,27	54,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			4,36	3,04	27,19	149,47

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys su kmynais	AKMP-PNV-12D	70 g.	13,02	20,86	7,85	268,90
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9A	130 g.	2,43	4,20	16,78	109,83
Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5B	50 g.	0,69	0,30	5,38	22,39
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12B	50 g.	0,70	2,82	3,65	38,99
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			21,19	31,93	39,66	518,11

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su mėsa(kiauliena) (tausojantis)	IKRUOPN-36	200/20 g.	8,65	10,81	34,94	261,22
Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5E	40 g.	0,55	0,23	4,30	17,91
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12A	70 g.	0,98	3,96	4,81	53,48
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			14,53	18,75	50,05	410,61

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	

Malti kiaulienos voleliai su morkomis (tausojuantis)	AKMPN-50G	80 g.	9,01	15,34	12,85	220,88
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojuantis)	GGARN-9A	130 g.	2,43	4,20	16,78	109,83
Salierų, morkų, obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5I	60 g.	0,81	0,35	6,45	26,87
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12B	50 g.	0,70	2,82	3,65	38,99
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			17,3	26,46	45,73	474,57

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsniukai	AKMPN-171	70 g.	9,58	20,33	7,87	250,01
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojuantis)	GGARN-9A	130 g.	2,43	4,20	16,78	109,83
Salierų, morkų, obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5B	50 g.	0,69	0,30	5,38	22,39
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12B	50 g.	0,70	2,82	3,65	38,99
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			17,75	31,4	39,68	499,22

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautiena troškinta su daržovėmis (tausojuantis)	AKMPN-130	54/86 g.	14,86	15,28	7,40	216,85
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojuantis)	GGARN-9E	120 g.	2,25	3,87	15,49	101,38
Salierų, morkų, obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5B	50 g.	0,69	0,30	5,38	22,39
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12C	30 g.	0,43	1,70	2,10	23,02
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			22,58	24,9	36,37	441,64

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų sklindžiai su obuoliais	IKRUOPN-11	200 g.	5,97	7,64	35,60	236,16
Grietinė 30%	IVNT-14B	15 g.	0,36	4,50	0,47	44,10
Gaivios vaisių salotos (obuo, banan, apels)	GSALN-43U	120 g.	0,79	0,40	17,69	72,36
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			11,92	16,29	60,96	435,12
Iš viso:			114,08	154,58	339,98	3111,71



1 savaitė trečiadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			0,4	0,4	13	53

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	2,22	1,98	14,25	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
			4,16	2,31	29,94	151,28

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,54	2,85	27,21	141,74

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lydekos filė rageliai	AŽUVPN-31D	80 g.	12,37	20,40	16,77	296,23
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14A	130 g.	2,85	2,73	21,30	120,07
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	0,51	4,35	3,00	49,48
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75H	60 g.	0,61	4,79	5,02	60,34
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,34	32,27	46,09	526,12

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukulis(tausojantis)	AKMPNN-164A	80 g.	17,39	5,51	2,49	128,32
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	3,78	5,42	20,79	144,48
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	0,51	4,35	3,00	49,48
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	0,71	5,58	5,84	70,40
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,39	20,86	32,12	392,68

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta silkės filė (su miltais)	AŽUVPN-51A	80 g.	14,97	20,70	3,07	223,44

Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	3,78	5,42	20,79	144,48
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	0,51	4,35	3,00	49,48
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	0,71	5,58	5,84	70,40
			19,97	36,05	32,7	487,8

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	ADRŽPN-47	200 g.	5,94	8,29	48,19	287,33
Pieno 2,5% padažas	PADN-2	20 g.	0,42	0,67	1,31	12,96
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41A	70 g.	0,72	6,08	4,21	69,26
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75G	40 g.	0,41	3,19	3,36	40,30
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			11,84	21,98	63,07	487,85

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balandėliai su kiaulienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis)	AKMPN-16S	56/64/25 g.	7,64	11,25	9,95	164,08
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13B	150 g.	3,09	0,15	28,27	125,15
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75B	100 g.	1,02	7,99	8,35	100,56
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,75	19,39	46,57	389,79

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsniukai	AKMPN-171	70 g.	9,58	20,33	7,87	250,01
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	3,78	5,42	20,79	144,48
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41E	40 g.	0,42	3,47	2,40	39,57
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	0,71	5,58	5,84	70,40
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,49	34,8	36,9	504,46
		Iš viso:	104,88	170,91	327,60	3134,72



1 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR Nr. 028351

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			0,4	0,3	13,4	52

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			6,35	3,14	33,8	175,53

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	2,22	1,98	14,25	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			4,81	2,42	35,17	175

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas vištienos šnicelis	AKMP-SMLPC-38 E	70 g.	11,45	15,11	9,24	215,50
Grikių košė garnyrai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	3,25	4,66	17,88	124,25
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128A	50 g.	0,73	0,23	5,04	19,87
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30A	50 g.	1,29	7,08	6,35	88,16
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,72	27,08	38,51	447,78

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lydeka troškinta su daržovėmis (mork,svog.) pomidorų padaže(tausojantis)	AŽUVPN-10C	70/60 g.	17,27	5,24	5,35	135,15
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14A	130 g.	2,85	2,73	21,30	120,07
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30H	130 g.	3,33	18,37	16,50	226,20
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,45	26,34	43,15	481,42

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	

Balandėliai su vištienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis)	AKMPN-206	70/80/30 g.	9,65	10,00	12,33	168,76
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13B	150 g.	3,09	0,15	28,27	125,15
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128A	50 g.	0,73	0,23	5,04	19,87
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30C	70 g.	1,78	9,91	8,89	123,40
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,25	20,29	54,53	437,18

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos guliašas (tausojantis)	AKMPN-51R	60/20 g.	11,88	10,23	2,19	147,01
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7	100 g.	2,52	3,61	13,86	96,32
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128A	50 g.	0,73	0,23	5,04	19,87
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30A	50 g.	1,29	7,08	6,35	88,16
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,42	21,15	27,44	351,36

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Natūralus maltos lydekos filė pjausnys	AŽUVPN-28A	60 g.	9,96	7,15	5,06	122,06
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	3,78	5,42	20,79	144,48
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128C	60 g.	0,87	0,27	6,04	23,81
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30A	50 g.	1,29	7,08	6,35	88,16
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			20,25	23,67	44,24	456,51

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos ir grikių troškiny (tausojantis)	AKMPN-58	57/143 g.	15,37	11,82	24,21	260,47
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128A	50 g.	0,73	0,23	5,04	19,87
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30A	50 g.	1,29	7,08	6,35	88,16
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,39	19,13	35,6	368,5
Iš viso:			121,04	143,52	325,84	2945,28



1 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028352

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			0,8	0,2	11	43

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojuantis)	SRIN-38AA	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,54	2,85	27,21	141,74

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojuantis)	SRIN-39L	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
			5,06	2,52	27,41	145,04

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	ADRŽPN-47	200 g.	5,94	8,29	48,19	287,33
Pieno 2,5% padažas	PADN-2	20 g.	0,42	0,67	1,31	12,96
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44Z	110 g.	1,12	9,94	6,23	110,35
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			11,83	22,65	61,73	488,64

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojuantis)	AMLTN-17U	170/20 g.	10,96	8,64	40,37	287,96
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44	100 g.	1,01	9,04	5,67	100,29
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			16,32	21,43	52,04	466,25

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai "Tinginėliai" (varš,milt,kiauš) (tausojuantis)	AVRŠPN-1A	150 g.	14,36	6,69	37,14	264,13
Grietinės 25% padažas	PADN-19A	20 g.	0,37	3,15	1,32	35,06
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo,banan,apels)	GSALN-43	100 g.	1,06	0,78	14,10	64,10
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50

20,59 14,37 59,76 445,79

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti silkės maltiniai (tausojantis)	AŽUVPN-52C	80 g.	10,19	14,25	13,77	203,27
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13B	150 g.	3,09	0,15	28,27	125,15
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44D	150 g.	1,52	13,57	8,42	150,22
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			19,15	31,72	56,46	556,64

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% skryliukai (tausojantis)	AVRŠPN-14I	180 g.	20,98	9,88	46,97	358,31
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	0,37	3,32	1,39	37,01
Gaivios vaisių salotos (obuo, banan, apels)	GSALN-43JJ	100 g.	0,66	0,33	14,74	60,31
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,01	13,53	63,1	455,63

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lydeka troškinta su daržovėmis (mork, svog.) pomidorų padaže (tausojantis)	AŽUVPN-10A	60/60 g.	14,84	5,14	5,23	123,98
Perlinių kruopų košė garnyrai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	2,67	4,98	20,51	131,14
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44D	150 g.	1,52	13,57	8,42	150,22
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			23,38	27,44	40,16	483,34
		Iš viso:	122,68	136,71	398,87	3226,07



2 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028353

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			1,2	0,3	23,1	97

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,65	1,61	29,34	139,97

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
			5,7	3,03	28,57	151,81

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys	AKMP-SMLPC-10 D	70 g.	14,85	13,75	4,39	200,57
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	2,67	4,98	20,51	131,14
Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161I	110 g.	1,31	8,82	7,95	108,04
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,83	27,55	32,85	439,75

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Garinis kiaulienos zrazas įdarytas ryžiais (tausojantis)	AKMPN-12C	63/37 g.	10,98	11,56	15,95	208,88
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	2,67	4,98	20,51	131,14
Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161J	130 g.	1,54	10,43	9,40	127,69
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,19	26,97	45,86	467,71

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Garintas vištienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-25E	80 g.	9,79	5,64	11,25	132,15

Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	2,67	4,98	20,51	131,14
Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161J	130 g.	1,54	10,43	9,40	127,69
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14	21,05	41,16	390,98

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	AVRŠPN-2	150 g.	22,65	16,37	39,15	392,21
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	0,02	0,02	2,07	8,23
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo,banan,apels)	GSALN-43	100 g.	1,06	0,78	14,10	64,10
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,73	17,17	55,32	464,54

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tešloje kepta silkės filė	AŽUVPN-58	80 g.	8,81	14,60	13,41	203,96
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8A	130 g.	2,32	4,32	17,77	113,66
Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161I	110 g.	1,31	8,82	7,95	108,04
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,44	27,74	39,13	425,66

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta lydekos filė su baltuoju padažu(tausojantis)	AŽUVPN-2	70/40 g.	17,24	1,93	2,61	96,66
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	2,67	4,98	20,51	131,14
Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161J	130 g.	1,54	10,43	9,40	127,69
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,45	17,34	32,52	355,49
		Iš viso:	116,19	142,76	327,85	2932,91



2 savaitė antradienis

Dokumento serija NR Nr. 028354

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			0,8	0,2	11	43

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (kopūst,mork,bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104W	150 g.	1,03	2,51	7,09	51,25
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,62	2,95	28,01	146,14

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba(augalinis) (tausojantis)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
			3,8	1,66	27,06	133,35

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Įdarytas maltas vištienos kotletas	AKMP-PNV-6B	80 g.	12,88	16,39	5,47	218,36
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	3,25	4,66	17,88	124,25
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40A	50 g.	0,58	4,13	1,88	42,89
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124E	60 g.	0,84	2,30	6,37	43,86
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			21,9	31,23	37,6	507,36

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta silkės filė (su miltais)	AŽUVPN-51A	80 g.	14,97	20,70	3,07	223,44
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13A	130 g.	2,68	0,13	24,50	108,46
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40A	50 g.	0,58	4,13	1,88	42,89
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124E	60 g.	0,84	2,30	6,37	43,86
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			23,42	31,01	41,82	496,65

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45%(tausojantis)	AMLTN-17J	193/17 g.	11,07	8,31	45,72	307,56
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40A	50 g.	0,58	4,13	1,88	42,89
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124E	60 g.	0,84	2,30	6,37	43,86
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			16,84	18,49	59,97	472,31

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	AKMPN-119A	72/48 g.	14,97	19,29	5,30	252,58
Grikių košė garnyrai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	3,25	4,66	17,88	124,25
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40C	70 g.	0,80	5,79	2,63	60,04
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124E	60 g.	0,84	2,30	6,37	43,86
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			24,21	35,79	38,18	558,73

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su mėsa(kiauliena) (tausojantis)	IKRUOPN-61C	200/30 g.	14,17	12,78	45,93	348,01
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40D	60 g.	0,69	4,95	2,25	51,46
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124E	60 g.	0,84	2,30	6,37	43,86
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			20,05	23,78	60,55	521,33

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	AMLTN-18A	180 g.	9,79	2,16	59,73	292,45
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	0,37	3,32	1,39	37,01
Gaivios vaisių salotos (obuo, banan, apels)	GSALN-43JJ	100 g.	0,66	0,33	14,74	60,31
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			15,62	9,56	83,06	472,27
Iš viso:			130,26	154,67	387,25	3351,14



2 savaitė trečiadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			0,4	0,3	13,4	52

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba(augalinis) (tausojantis)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			4,45	1,77	32,29	157,07

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI-SMLPC-10B	150 g.	3,11	2,14	11,61	72,95
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			5,7	2,58	32,53	167,84

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių apkepas	AAPK-15	200 g.	7,49	9,81	56,41	334,16
Grietinės 30% padažas	PADN-7A	30 g.	0,55	4,99	2,09	55,51
Gaivios vaisių salotos (obuo, banan, apels)	GSALN-43U	120 g.	0,79	0,40	17,69	72,36
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,83	15,2	76,19	462,03

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinti kalakutienos maltiniai (tausojantis)	AKMP-PNV-17D	80 g.	11,86	9,63	9,91	170,66
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55E	60 g.	0,92	3,06	6,13	50,90
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12E	60 g.	0,86	3,41	4,18	46,05
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,91	20,96	43,99	416,82

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	

Lydeka troškinta su daržovėmis (mork,svog.) pomidorų padaže (tausojantis)	AŽUVPN-10A	60/60 g.	14,84	5,14	5,23	123,98
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis)	GSALN-12T	70 g.	0,99	3,96	4,87	53,67
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55A	70 g.	1,07	3,57	7,14	59,38
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,17	17,53	41,01	386,24

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos vištienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-155B	80 g.	10,87	14,15	11,34	212,15
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12E	60 g.	0,86	3,41	4,18	46,05
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55E	60 g.	0,92	3,06	6,13	50,90
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,92	25,48	45,42	458,31

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su 9% varškės įdaru (tausojantis)	ADRŽPN-36	171/29 g.	8,35	3,67	44,76	241,97
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	0,37	3,32	1,39	37,01
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12Q	110 g.	1,55	6,23	8,02	85,88
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,27	13,22	54,17	364,86

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos pūkučiai	AKMPN-40	70 g.	9,98	18,37	10,20	241,97
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11A	130 g.	3,70	4,21	20,60	129,32
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12B	50 g.	0,70	2,82	3,65	38,99
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55B	50 g.	0,77	2,55	5,12	42,42
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,15	27,95	39,57	452,7
		Iš viso:	100,80	124,99	378,57	2917,87



2 savaitė ketvirtadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			0,8	0,2	11	43

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,54	2,85	27,21	141,74

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (burokėl,mork,) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	0,96	1,57	6,51	39,73
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,55	2,01	27,43	134,62

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta silkės filė (su miltais)	AŽUVPN-51A	80 g.	14,97	20,70	3,07	223,44
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	3,31	3,15	24,57	138,54
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21F	60 g.	3,12	0,86	5,38	47,24
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44T	60 g.	0,60	5,43	3,37	60,08
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			22	30,14	36,39	469,3

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos ir grikių troškinys (tausojantis)	AKMPN-58C	71/179 g.	19,21	14,78	30,21	325,57
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	2,60	0,72	4,48	39,37
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44E	80 g.	0,81	7,21	4,51	80,13
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,62	22,71	39,2	445,07

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta vištienos filė	AKMPN-64A	80 g.	17,15	19,29	11,70	253,51
Grikių košė garnyrai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	3,25	4,66	17,88	124,25

Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	2,60	0,72	4,48	39,37
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44T	60 g.	0,60	5,43	3,37	60,08
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,6	30,1	37,43	477,21

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	AKMPN-68J	80/40 g.	18,42	9,16	4,54	171,92
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	3,31	3,15	24,57	138,54
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21F	60 g.	3,12	0,86	5,38	47,24
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44E	80 g.	0,81	7,21	4,51	80,13
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			25,66	20,38	39	437,83

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos vištienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-155B	80 g.	10,87	14,15	11,34	212,15
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	3,31	3,15	24,57	138,54
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21F	60 g.	3,12	0,86	5,38	47,24
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44T	60 g.	0,60	5,43	3,37	60,08
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,9	23,59	44,66	458,01

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos kukulis(tausojantis)	AKMPN-189A	80 g.	15,47	10,33	2,27	163,28
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	3,78	5,42	20,79	144,48
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21F	60 g.	3,12	0,86	5,38	47,24
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44T	60 g.	0,60	5,43	3,37	60,08
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,97	22,04	31,81	415,08
		Iš viso:	142,64	154,02	294,13	3021,86



2 savaitė penktadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			0,4	0,4	13	53

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-35W	150 g.	1,13	0,86	7,65	42,09
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,72	1,3	28,57	136,98

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (kopūst,mork,bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104W	150 g.	1,03	2,51	7,09	51,25
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,62	2,95	28,01	146,14

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos šnicelis	AKMPN-7	70 g.	9,23	14,82	10,88	211,02
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9A	130 g.	2,43	4,20	16,78	109,83
Morkų salotos su citrina ir aliejumi (augalinis)	GSALN-110	50 g.	0,44	6,09	3,85	67,71
Burokėliai troškinti su obuoliais(tausojantis)	GSALN-81A	50 g.	0,96	1,41	6,33	37,84
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			17,41	30,27	43,84	504,4

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis)	ADRŽPN-37C	197/33 g.	8,25	6,56	56,61	312,91
Pieno 2,5% padažas	PADN-2	20 g.	0,42	0,67	1,31	12,96
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Morka (augalinis)	IVNT-100C	150 g.	1,50	0,30	13,05	46,50
			14,52	11,28	76,97	450,37

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Aukštaičių blynai	AMLTN-29B	150 g.	9,07	10,18	58,04	355,34
Obuolių padažas	PADN-15A	30 g.	0,03	0,03	3,13	12,45

Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo,banan,apels)	GSALN-43	100 g.	1,06	0,78	14,10	64,10
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			14,96	14,74	82,47	514,39

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lydekos kepinukai	AŽUVPN-39B	75 g.	13,16	11,96	6,58	184,36
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9A	130 g.	2,43	4,20	16,78	109,83
Morkų salotos su citrina ir aliejumi (augalinis)	GSALN-110	50 g.	0,44	6,09	3,85	67,71
Burokėliai troškinti su obuoliais(tausojantis)	GSALN-81D	60 g.	1,15	1,70	7,57	45,46
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			21,53	27,7	40,78	485,36

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Malti kiaulienos voleliai su morkomis (tausojantis)	AKMPN-50G	80 g.	9,01	15,34	12,85	220,88
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9B	150 g.	2,81	4,84	19,36	126,73
Burokėliai troškinti su obuoliais(tausojantis)	GSALN-81F	120 g.	2,29	3,38	15,16	90,84
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			18,46	27,31	53,37	516,45

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė(aukšč.r.)(tausojantis)	AKMPN-54	90 g.	9,90	21,24	0,00	239,40
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13B	150 g.	3,09	0,15	28,27	125,15
Morkų salotos su citrina ir aliejumi (augalinis)	GSALN-110B	60 g.	0,53	7,30	4,61	81,24
Burokėliai troškinti su obuoliais(tausojantis)	GSALN-81D	60 g.	1,15	1,70	7,57	45,46
Kefyras 2,5%	GĖRN-49G	100 g.	2,90	2,50	4,00	52,00
			17,57	32,89	44,45	543,25
		Iš viso:	112,19	148,84	411,46	3350,34



3 savaitė pirmadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			0,8	0,2	11	43

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba(augalinis) (tausojantis)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			4,45	1,77	32,29	157,07

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39L	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			5,71	2,63	32,64	168,76

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos vištienos kepsnys	AKMPN-45E	80 g.	12,55	16,94	12,50	248,39
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais(augalinis)	GSAL-PNV-17F	60 g.	0,78	2,24	3,64	33,56
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149A	60 g.	0,75	3,69	6,42	57,74
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			18,35	27,73	46,33	488,9

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos guliašas (tausojantis)	AKMPN-51Q	80/30 g.	16,17	19,70	3,46	253,19
Kvietinių kruopų košė garnyrui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais(augalinis)	GSAL-PNV-17F	60 g.	0,78	2,24	3,64	33,56
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149E	70 g.	0,88	4,31	7,39	66,97
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,1	31,11	38,26	502,93

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	

Švilpikai(bulv,milt,kiauš)	ADRŽPN-65	200 g.	9,79	1,76	68,96	325,72
Grietinės 30% padažas	PADN-7A	30 g.	0,55	4,99	2,09	55,51
Gaivios vaisių salotos (obuo,banan,apels)	GSALN-43U	120 g.	0,79	0,40	17,69	72,36
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,13	7,15	88,74	453,59

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukulis su avižiniais dribsniais (tausojantis)	AKMPN-161C	69/11 g.	18,55	6,08	8,40	159,97
Kvietinių kruopų košė garnyriui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais(augalinis)	GSAL-PNV-17F	60 g.	0,78	2,24	3,64	33,56
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149A	60 g.	0,75	3,69	6,42	57,74
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			24,35	16,87	42,23	400,48

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos filė kepinukai	AKMPN-73A	80 g.	11,28	17,17	9,10	233,22
Kvietinių kruopų košė garnyriui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais(augalinis)	GSAL-PNV-17F	60 g.	0,78	2,24	3,64	33,56
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149A	60 g.	0,75	3,69	6,42	57,74
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,08	27,96	42,93	473,73

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti silkės maltiniai (tausojantis)	AŽUVPN-52C	80 g.	10,19	14,25	13,77	203,27
Kvietinių kruopų košė garnyriui(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11B	150 g.	4,27	4,86	23,77	149,21
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais(augalinis)	GSAL-PNV-17F	60 g.	0,78	2,24	3,64	33,56
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149A	60 g.	0,75	3,69	6,42	57,74
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,99	25,04	47,6	443,78
		Iš viso:	119,96	140,46	382,02	3132,24



3 savaitė antradienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			0,4	0,3	13,4	52

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,65	1,61	29,34	139,97

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-121	150 g.	0,85	3,20	7,47	58,01
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,44	3,64	28,39	152,9

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tešloje kepta lydekos filė	AŽUVPN-14A	80 g.	10,61	9,32	13,41	177,96
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14A	130 g.	2,85	2,73	21,30	120,07
Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-65F	60 g.	0,69	12,15	2,04	115,56
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-121E	50 g.	0,71	4,16	3,77	51,77
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,86	28,36	40,52	465,36

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	AKMPN-119A	72/48 g.	14,97	19,29	5,30	252,58
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	3,25	4,66	17,88	124,25
Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-65F	60 g.	0,69	12,15	2,04	115,56
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi(augalinis)	GSALN-121I	70 g.	0,98	6,86	5,20	81,65
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,89	42,96	30,42	574,04

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	

Kiaulienos kepsniukai	AKMPN-171	70 g.	9,58	20,33	7,87	250,01
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	3,25	4,66	17,88	124,25
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi(augalinis)	GSALN-121	100 g.	1,41	9,91	7,50	117,81
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,24	34,9	33,25	492,07

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	AMLTN-18B	200 g.	10,87	2,41	66,36	324,95
Grietinės 25% padažas	PADN-19A	20 g.	0,37	3,15	1,32	35,06
Gaivios vaisių salotos (obuo, banan, apels)	GSALN-43U	120 g.	0,79	0,40	17,69	72,36
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,03	5,96	85,37	432,37

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos šnicelis	AKMPN-7	70 g.	9,23	14,82	10,88	211,02
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14A	130 g.	2,85	2,73	21,30	120,07
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi(augalinis)	GSALN-121	100 g.	1,41	9,91	7,50	117,81
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,49	27,46	39,68	448,9

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos guliašas (tausojantis)	AKMPN-1J	70/40 g.	18,78	8,48	4,45	167,18
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	3,25	4,66	17,88	124,25
Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-65F	60 g.	0,69	12,15	2,04	115,56
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi(augalinis)	GSALN-121D	60 g.	0,85	5,95	4,50	70,69
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,57	31,24	28,87	477,68
		Iš viso:	105,57	176,43	329,24	3235,29



3 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 028360

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			0,4	0,4	13	53

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39L	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
			5,06	2,52	27,41	145,04

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-35W	150 g.	1,13	0,86	7,65	42,09
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,72	1,3	28,57	136,98

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti vištienos kepsneliai	AKMPN-23	70 g.	11,94	17,59	12,64	253,88
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9A	130 g.	2,43	4,20	16,78	109,83
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139A	50 g.	0,98	0,22	4,69	20,97
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75	50 g.	0,51	3,99	4,18	50,29
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			20,21	29,75	44,29	512,97

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis)	AKMPN-169A	70/30 g.	14,26	19,97	2,98	245,45
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9B	150 g.	2,81	4,84	19,36	126,73
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139M	130 g.	2,56	0,59	12,18	54,51
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			23,98	29,15	40,52	504,69

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukulis(tausojantis)	AKMPNN-164A	80 g.	17,39	5,51	2,49	128,32
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-4B	150 g.	5,15	5,13	35,50	199,09

Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139B	60 g.	1,18	0,27	5,63	25,15
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75H	60 g.	0,61	4,79	5,02	60,34
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			28,68	19,45	54,64	490,9

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lydekos filė	AŽUVPN-12C	80 g.	17,14	5,87	4,32	138,15
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9B	150 g.	2,81	4,84	19,36	126,73
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139B	60 g.	1,18	0,27	5,63	25,15
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75H	60 g.	0,61	4,79	5,02	60,34
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			26,09	19,52	40,33	428,37

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų apkepas su varške 9%	AAPK-14F	108/52 g.	11,96	13,21	31,55	285,67
Grietinė 30%	IVNT-14C	20 g.	0,48	6,00	0,62	58,80
Gaivios vaisių salotos (obuo, banan, apels)	GSALN-43JJ	100 g.	0,66	0,33	14,74	60,31
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			17,9	23,29	54,11	487,28

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė (aukšč. r.) (tausojantis)	AKMPN-54	90 g.	9,90	21,24	0,00	239,40
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9B	150 g.	2,81	4,84	19,36	126,73
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139B	60 g.	1,18	0,27	5,63	25,15
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75H	60 g.	0,61	4,79	5,02	60,34
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			18,85	34,89	36,01	529,62
Iš viso:			144,89	160,27	338,88	3288,85



3 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028361

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			0,8	0,2	11	43

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (kopūst,mork,bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104W	150 g.	1,03	2,51	7,09	51,25
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,62	2,95	28,01	146,14

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-56W	150 g.	1,32	2,43	6,20	48,73
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			3,91	2,87	27,12	143,62

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kiaulienos suktinukas	AKMPN-11H	80 g.	9,11	17,34	11,44	233,76
Grikių košė garnyriui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	3,78	5,42	20,79	144,48
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21F	60 g.	3,12	0,86	5,38	47,24
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106J	60 g.	0,67	7,31	3,68	78,71
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,68	30,93	41,29	504,19

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti lydekos maltiniai (tausojantis)	AŽUVPK-PNV-7B	80 g.	13,54	7,49	22,85	212,04
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	3,31	3,15	24,57	138,54
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21F	60 g.	3,12	0,86	5,38	47,24
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106J	60 g.	0,67	7,31	3,68	78,71
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,64	18,81	56,48	476,53

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos guliašas (tausojantis)	AKMPN-1A	70/60 g.	18,99	9,53	6,22	183,93

Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	3,31	3,15	24,57	138,54
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21F	60 g.	3,12	0,86	5,38	47,24
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106D	80 g.	0,89	9,75	4,91	104,94
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			26,31	23,29	41,08	474,65

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-124F	80 g.	9,27	9,75	6,83	150,23
Grikių košė garnyrai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	3,78	5,42	20,79	144,48
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21F	60 g.	3,12	0,86	5,38	47,24
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106J	60 g.	0,67	7,31	3,68	78,71
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,84	23,34	36,68	420,66

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys su krynais	AKMP-PNV-12D	70 g.	13,02	20,86	7,85	268,90
Grikių košė garnyrai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	3,25	4,66	17,88	124,25
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	2,60	0,72	4,48	39,37
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106B	50 g.	0,55	6,09	3,07	65,60
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,42	32,33	33,28	498,12

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	ADRŽPN-47F	220 g.	6,53	9,12	53,04	316,05
Pieno 2,5% padažas	PADN-2A	30 g.	0,63	1,01	1,98	19,43
Morka (augalinis)	IVNT-100C	150 g.	1,50	0,30	13,05	46,50
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			13,01	14,18	74,07	459,98
		Iš viso:	121,23	148,90	349,01	3166,89



3 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 028362

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

VAISIUS

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			0,4	0,4	13	53

SRIUBA I

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	2,22	1,98	14,25	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			4,81	2,42	35,17	175

SRIUBA II

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba(augalinis) (tausojantis)	SRIN-30J	150 g.	3,17	2,02	11,94	70,96
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
			5,76	2,46	32,86	165,85

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	AKMPN-119	60/40 g.	12,47	16,08	4,42	210,49
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13A	130 g.	2,68	0,13	24,50	108,46
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41A	70 g.	0,72	6,08	4,21	69,26
Burokėliai troškinti grietinėje 30%	GSALN-79C	50 g.	0,89	1,26	4,95	30,45
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			21,11	27,3	44,08	496,66

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balandėliai su kiaulienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis)	AKMPN-16I	84/96/40 g.	11,45	16,74	14,85	244,84
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13A	130 g.	2,68	0,13	24,50	108,46
Burokėliai troškinti grietinėje 30%	GSALN-79D	100 g.	1,79	2,52	9,89	60,91
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			20,27	23,14	55,24	492,21

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos-perlinių kruopų troškiny (tausojantis)	AKMPN-165A	51/129 g.	13,28	17,14	23,26	292,43

Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41E	40 g.	0,42	3,47	2,40	39,57
Burokėliai troškinti grietinėje 30%	GSALN-79C	50 g.	0,89	1,26	4,95	30,45
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			18,94	25,62	36,61	440,45

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Aukštaičių blynai	AMLTN-29B	150 g.	9,07	10,18	58,04	355,34
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	0,02	0,02	2,07	8,23
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo,banan,apels)	GSALN-43	100 g.	1,06	0,78	14,10	64,10
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			14,95	14,73	81,41	510,17

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lydeka troškinta su daržovėmis (mork,svog.) pomidorų padaže (tausojantis)	AŽUVPN-10A	60/60 g.	14,84	5,14	5,23	123,98
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8A	130 g.	2,32	4,32	17,77	113,66
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41I	60 g.	0,61	5,21	3,61	59,36
Burokėliai troškinti grietinėje 30%	GSALN-79C	50 g.	0,89	1,26	4,95	30,45
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			23,01	19,68	37,56	405,45

Pietūs VI variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos vištienos kotletas (tausojantis)	AKMPN-24G	80 g.	10,86	12,35	15,39	212,20
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13B	150 g.	3,09	0,15	28,27	125,15
Burokėliai troškinti grietinėje 30%	GSALN-79E	70 g.	1,25	1,77	6,93	42,64
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	0,51	4,35	3,00	49,48
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,71	18,62	53,59	429,47
		Iš viso:	124,96	134,37	389,52	3168,26

