

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3	145/5	4,54	5,9	31,43	192
Nesaldinta kakava su pienu	20	150	2,48	2,17	3,76	44,49
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Iš viso:			7,78	8,37	49,13	292,49

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba (augalinis, tausojantis)	32	100	1,24	2,11	7,87	53,16
Ruginė duona		30	3,06	1,17	20,1	108,9
Kiaulienos maltinukas su morkomis (tausojantis)	43	53/7	12,66	9,74	3,46	151,58
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	76	80	0,97	0,08	9,56	40,34
Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su aliejumi	68	40	0,41	0,92	3	22,44
Burokėlių salotos su žirneliais ir aliejumi	62	40	0,89	0,94	4,35	27,44
Vanduo						
Iš viso:			19,23	14,96	48,34	403,86

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	58	90/58	13,88	7,99	35,34	260,2
Grietinė (30%)		15	0,36	4,5	0,42	43,65
Nesaldinta arbata	16	150	-	-	-	-
Iš viso:			14,24	12,49	35,76	303,85

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	1	150/5	5,92	7,46	27,03	198,56
Sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	-	59
Nesaldinta arbata	16	150	-	-	-	-
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Iš viso:			12,02	11,92	40,97	313,56

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	27	100	1,15	3,02	5,78	52,53
Ruginė duona		30	3,06	1,17	20,1	108,9
Orkaitėje, garuose keptas kalakutienos šnicelis (tausojantis)	41	60	13,68	3,82	3,22	103,62
Makaronai (tausojantis)	75	50	2,4	0,4	14,8	72
Agurkas (šaltuoju metų sezonu marinuoti/rauginti)		40	0,28		1,12	5,6
Kopūstų salotos su morkomis ir aliejumi	70	40	0,38	0,96	3,55	22,59
Vanduo						
Iš viso:			20,95	9,37	48,57	365,42

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	54	120	16,75	7,74	29,75	250,26
Sviesto (82%) ir grietinės (30%) padažas	9	10	0,16	5,1	0,21	47,38
Nesaldinta arbata	16	150	-	-	-	-
Iš viso:			16,91	12,84	29,96	297,64

2 savaitė

Handwritten signature

Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4	150/4	2,81	3,9	21,28	131,44
Jogurtas		125	3,75	3,13	14,25	101
Nesaldinta arbata	16					
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Iš viso:			7,32	7,33	49,47	288,44

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trintų lęšių sriuba (augalinis, tausojantis)	29	100	4,27	3,19	8,5	92,32
Ruginė duona		30	3,06	1,17	20,1	108,9
Orkaitėje, garuose kepta kalakutiena	42	80	22,1	1,97	0,06	106,35
Bešamelio padažas	13	10	0,29	0,59	0,76	9,56
Bulvių košė (tausojantis)	77	80	1,16	3,26	8,5	65,67
Raugintų kopūstų salotos	71	40	0,29	0,92	2,15	17,92
Konservuoti žirneliai		40	1,76	0,12	5	27,6
Vanduo						
Iš viso:			32,93	11,22	45,07	428,32

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	59	120	7,43	11,18	32,41	262,03
Uogienė		20	0,08		14,92	27
Nesaldinta arbata	16	150	-	-	-	-
Iš viso:			7,51	11,18	47,33	289,03

Handwritten signature

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	5	150/5	4,69	6,33	34,57	211,85
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Nesaldinta arbata	16	150				
Iš viso:			5,45	6,63	48,51	267,85

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis, tausojantis)	33	100	2,61	2,24	8,97	63,93
Troškintas kiaušienos maltinukas su kopūstais (tausojantis)	45	60/10	12,86	7,68	8,13	184,63
Perlinės kruopos (augalinis, tausojantis)	46	75	2,76	0,33	21,9	96
Burokėlių salotos su aliejumi	66	40	0,85	0,92	4,54	33,82
Morkų salotos su obuoliais ir aliejumi	65	40	0,35	0,9	4,05	25,87
Vanduo						
Iš viso:			19,43	12,07	47,59	404,25

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žemaičių blynai su kiaušienos mėsa	35	114/66	16,79	7,94	32,63	259,1
Bešamelio padažas	13	10	0,29	0,59	0,76	9,56
Nesaldinta kakava su pienu	20	150	2,48	2,17	3,76	44,49
Iš viso:			19,56	10,7	37,15	313,15

2 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trijų grūdų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	2	150/4	6,36	6,04	30,54	180,53
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Nesaldinta arbata	16	150				
Iš viso:			7,12	6,34	44,48	236,53

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių – perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	31	100	3,1	2,2	11,13	72,66
Troškintas žuvies maltinukas grietinės padaže	49	60/10	12,61	8,88	7,94	165,76
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	78	75	2,64	1,11	22,95	115,71
Burokėlių salotos su žirneliais ir aliejumi	62	40	0,89	0,94	4,35	27,44
Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su aliejumi	68	40	0,41	0,92	3	22,44
Vanduo						
Iš viso:			19,65	14,05	49,37	404,01

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu	72	105/45	8,55	6,34	27,01	189,7
Traputis		10	1,16	0,3	6,42	35,1
Kefyras 2,5%		150	4,8	0,6	6,15	49,5
Iš viso:			14,51	7,24	39,58	274,3

2019 11-15 Nr. 1117/4695