

3 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	
Ryžių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	5	200/6	5,94	7,72	44,17	267,17
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Nesaldinta arbata	16	200				
Iš viso:			6,7	8,02	58,11	323,17

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	150	1,75	4,03	8,84	74,78
Troškintas kiaulienos maltinukas (tausojantis)	40	75	17,93	11,1	9,18	243,55
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	84	85	4,38	0,95	24,15	122,5
Agurkai (šaltuoju metu sezonu marinuoti/raginti)		50	0,35	-	1,4	7
Burokėlių salotos su aliejumi	66	50	1,03	1,38	5,89	45,48
Vanduo						
Iš viso:			25,44	17,46	49,46	493,31

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	53	120	19,52	16,78	20,91	310,77
Grietinė (30%) su uogiene	11	10/10	0,27	3	7,74	57,3
Nesaldinta arbata	16	200				
Iš viso:			19,79	19,78	28,65	368,07

2019.11.15 16:10 PF 10000

3 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	
Kukurūzų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3	200/6	6,24	7,4	41,55	249,1
Sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	-	59
Nesaldinta arbata	16	200	-	-	-	-
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Iš viso:			12,34	11,86	55,49	364,1

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	150	3,78	3,25	14,18	95,27
Troškinti kalakutienos kukuliai (tausojantis)	34	80	14,48	5,5	3,65	123,45
Padažas su morkomis ir svogūnais	7	10	0,23	7,6	0,94	72,7
Makaronai (tausojantis)	75	75	3,6	0,6	22,2	108
Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su aliejumi	68	50	0,5	1,38	3,9	30,7
Konservuoti žirneliai		50	2,2	0,15	6,25	34,5
Vanduo						
Iš viso:			24,79	18,48	51,12	464,62

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 bananais	61	120/60	8,56	5,94	45,68	285,31
Vanilinis cinamono padažas	10	25	1,76	1,44	10,16	58,06
Nesaldinta arbata	16	200	-	-	-	-
Iš viso:			10,32	7,38	55,84	343,37

2016.11.15 JG DMP 10696

3 savaitė

Trečiadienis

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	200/6	7,74	9,23	35,55	255,72
Nesaldinta arbata	16	200	-	-	-	-
Traputis		10	1,16	0,3	6,42	35,1
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Iš viso:			9,66	9,83	55,91	346,82

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis)	28	150	1,07	2,99	7,87	61,21
Ruginė duona		30	3,06	1,17	20,1	108,9
Vištienos troškiny su grietinės ir pomidorų tyrės padažu (tausojantis)	39	105/15	32,78	22,78	7,14	291,21
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	76	100	1,21	0,1	11,92	50,3
Pekino kopūstų – pomidorų salotos su aliejumi	67	50	0,65	1,38	4,22	31,69
Agurkas (šaltuoju metu sezonu marinuoti/rauginti)		50	0,28	0	1,12	5,6
Vanduo						
Iš viso:			24,25	20,36	51,91	548,91

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas	47	90/60	18,91	18,82	24,04	341,22
Grietinė (30%)		15	0,36	4,5	0,42	43,65
Nesaldinta arbata	16	200				
Iš viso:			19,27	23,32	24,46	384,87

2015-11-10 11.07.10666

3 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	
Grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4	200/5	3,73	4,93	28,37	172,68
Jogurtas		125	3,75	3,13	14,25	101
Nesaldinta arbata	16	200				
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Iš viso:			8,24	8,36	56,56	329,68

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	150	3,78	2,28	13,29	85,56
Jautienos maltinukas	23	100	21,1	10,53	4,51	193,81
Bešamelio padažas	13	20	0,58	1,18	1,52	19,12
Bulvių košė	77	100	1,45	3,8	10,96	80,34
Morkų salotos su obuoliais ir aliejumi	65	50	0,45	1,38	5,18	34,98
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais ir aliejumi	85	50	0,53	1,38	3,94	30,27
Vanduo						
Iš viso:			27,89	20,55	39,4	444,08

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (tausojantis)	51	128	16,74	9,15	30,62	271,23
Sviesto (82%) ir grietinės (30%) padažas	8	10	0,15	5,6	0,18	51,7
Kefyras (2,5%)		200	6,4	0,8	8,2	66
Iš viso:			23,29	15,55	39	388,83

2019-11-15 D. VVP-10656

3 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	200/5	8,1	7,58	39,56	231,31
Vaisiai		100	0,76	0,3	13,94	56
Sūrio lazdelė		20	5,34	4,16		59
Nesaldinta arbata	16	200				
Iš viso:			14,2	12,04	53,5	346,31

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta lęšių sriuba (augalinis, tausojantis)	29	150	5,78	5,25	12,08	133,29
Žuvies apkepas (tausojantis)	48	75	15,06	6,66	8,04	147,34
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	78	85	3,08	2,13	26,78	142,51
Burokėlių salotos su aliejumi	66	50	1,03	1,38	5,89	45,48
Raugintų kopūstų salotos	71	50	0,36	1,38	2,8	24,97
Vanduo						
Iš viso:			25,31	16,8	55,59	493,59

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	26	200	5,78	5,83	23,57	165,03
Sumuštinis su sūriu	25	25/8/17	5,8	11,74	12,97	181,93
Nesaldinta arbata	16	200				
Iš viso:			11,58	17,57	36,54	346,96

2014-11-19 Nr. 1217 16696