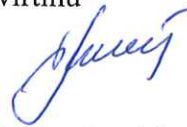


Tvirtinu



Alytaus Dzūkijos mokyklos
Direktorė Vilija Sušinskienė

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Pietų energetinė vertė nuo 11 metų bei vyresnio amžiaus ir grupės vaikams – 700 +/-20 kcal.

2025 m. rugsėjo 1 d.

UAB „Skonių pynė“
Direktorė



Ona Buikienė

1 savaitė
Pirmadienis
Ivariantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/25AT (90 p.)	150	3,10	3,47	24,34	140,99
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Virti varškėčiai su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T (239 p.)	170	21,53	10,15	50,34	378,87
Nesaldintas jogurtas, 2,5%rieb.	14-1/2 (310 p.)	30	1,35	0,75	1,56	18,39
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)		180	1,62	1,80	21,06	92,34
Iš viso:			28,99	16,42	106,75	676,21

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/25AT (90 p.)	150	3,10	3,47	24,34	140,99
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15 (173 p.)	100	21,67	14,99	10,93	262,96
Bulvių košė	4-3/64T (183 p.)	110	1,90	4,12	17,14	113,19
Šviežių kopūstų, cukinijos ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis	2-1/22A (128 p.)	200	2,77	9,79	11,04	143,31
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)		90	0,27	0,36	13,59	58,68
Iš viso:			31,10	32,98	86,49	764,75

Direktore
Ona Buikienė



1 savaitė
Antradienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu (tausojantis)	1-3/32T (97 p.)	150	3,54	4,46	10,69	97,04
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T (294 p.)	210	37,21	21,54	9,92	382,41
Virtos bulvės	4-3/65AT (184 p.)	110	2,27	0,11	20,73	93,02
Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos	2-1/20A (126 p.)	150	1,30	9,18	7,86	119,22
Sezoniniai vaisiai		100	0,80	0,20	11,00	49,00
Iš viso:			46,51	35,74	69,65	786,31

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu (tausojantis)	1-3/32T (97 p.)	150	3,54	4,46	10,69	97,04
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Bulvių plokštainis su jogurtine grietine, 10%rieb.	46 (204 p.)	200/30	7,89	19,46	37,76	401,99
Sezoniniai vaisiai		200	0,96	0,24	13,20	88,80
Iš viso:			13,78	24,41	71,10	633,45

Direktorė
Ona Buikienė

1 savaitė
Trečiadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba (tausojojantis, augalinis)	1-3/34AT (99 p.)	150	4,26	1,85	16,09	98,08
Nesaldintas jogurtas, 2,5%rieb.	14-11/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Orkaitėje keptas kiaulienos kumpinės kukulis su avižų sėlenomis ir obuoliu (tausojojantis)	11-8/160T (297 p.)	100	19,25	7,00	5,72	162,83
Bulvių košė	4-3/64T (183 p.)	110	1,90	4,12	17,14	113,19
Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu	2-1/12 (118 p.)	130	2,15	0,94	11,42	62,69
Sezoniniai vaisiai (bananai)		200	2,40	0,60	46,20	199,80
Iš viso:			31,67	14,94	106,38	686,50

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba (tausojojantis, augalinis)	1-3/34AT (99 p.)	150	4,26	1,85	16,09	98,08
Nesaldintas jogurtas, 2,5%rieb.	14-11/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Viso grūdo makaronai su jautiena (tausojojantis)	68 (226 p.)	100/100	38,50	18,78	30,48	447,21
Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu	2-1/12 (118 p.)	130	2,15	0,94	11,42	62,69
Sezoniniai vaisiai (bananai)		100	1,2	0,30	23,10	99,90
Iš viso:			47,82	22,30	90,90	757,79

Direktorė
Ona Buikienė



I savaitė
Ketvirtadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojoantis, augalinis)	1-3/41AT (106 p.)	150	1,91	4,58	11,38	94,38
Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieš.	14-1/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Ryžių plovos su vištienos filė (tausojoantis)	10-5/111T (285 p.)	180	21,86	10,22	28,75	294,39
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir rauginiais agurkais	2-3/60A (132 p.)	130	4,49	9,42	16,99	170,75
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)		150	0,60	0,45	20,10	86,85
Iš viso:			30,57	25,10	87,03	696,28

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojoantis, augalinis)	1-3/41AT (106 p.)	150	1,91	4,58	11,38	94,38
Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieš.	14-1/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Troškintas kiaulienos maltinukas (tausojoantis)	16 (174 p.)	100	20,33	13,43	11,75	245,73
Biri ryžių košė	5 (320p.)	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir rauginiais agurkais	2-3/60A (132p.)	130	4,49	9,42	16,99	170,75
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)		100	0,40	0,30	13,40	43,43
Iš viso:			32,17	32,32	92,17	774,79

Direktorė
Ona Buikiene

I savaitė
Penktadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis)	1-3/30AT (95 p.)	150	4,23	3,33	18,47	120,74
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Orkaitėje keptas maltos žuvies (jūros lydekos) kotletas (tausojantis)	9-8/162T (267 p.)	110	21,47	3,93	6,28	146,39
Bulvių ir morkų košė	4-3/62T (181p.)	110	2,61	1,90	18,55	101,75
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos	2-1/6A (112 p.)	130	1,55	6,83	4,88	87,17
Sezoniniai vaisiai		100	1,20	0,30	23,10	99,90
I šviso:			32,45	16,54	80,73	601,57

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis)	1-3/30AT (95 p.)	150	4,23	3,33	18,47	120,74
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Varškės bulvių kukulaičiai su sviesto-jogurtinės grietinės padažu (tausojantis)	90 (248 p.)	200/30	22,17	22,49	46,13	473,26
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos	2-1/6A (112 p.)	130	1,55	6,83	4,88	87,17
Sezoniniai vaisiai		100	1,20	0,30	23,10	99,90
Iš viso:			30,54	33,20	102,03	826,69

Direktorė
Ona Buikienė

2 savaitė
Pirmadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/35AT (100 p.)	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Nesaldintas jogurtas, 2,5%rieb.	14-1/2 (310 p.)	10	0,46	0,26	0,51	6,13
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	27	1,50	0,27	10,21	49,27
Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/61T (272 p.)	100	20,24	3,91	1,28	121,20
Penkių grūdų dribsnių košė	3-3/42AT (144 p.)	130	3,55	2,30	31,33	111,38
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis	2-3/62A (134 p.)	200	2,95	5,17	20,95	142,11
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)		200	0,80	0,60	26,80	115,80
Iš viso:			34,39	16,69	110,75	681,76

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/35AT (100 p.)	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Nesaldintas jogurtas, 2,5%rieb.	14-1/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Orkaitėje kepti varškėčiai su jogurtine grietine, 10% riebi (tausojantis)	83 (241 p.)	200/30	36,36	24,43	34,39	495,20
Sezoniniai vaisiai (bananai)		80	0,80	0,32	18,72	80,96
Iš viso:			43,76	29,36	82,59	761,94

Direktorė
Ona Buikienė

2 savaitė
Antradienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/28AT (93 p.)	150	1,88	3,16	13,17	88,62
Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieš.	14-1/2 (310 p.)	10	0,46	0,26	0,51	6,13
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Vištienos kumpelių guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T (279 p.)	180	21,47	6,86	11,56	193,87
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos	2-1/7A (113 p.)	150	1,53	7,92	8,01	109,44
Sezoniniai vaisiai		150	2,45	0,61	47,25	204,34
Iš viso:			29,18	19,06	89,95	648,02

II varinatas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/28AT (93 p.)	150	1,88	3,16	13,17	88,62
Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieš.	14-1/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Varškės ir ryžių apkepas su uogiene (tausojantis)	87 (245 p.)	200/30	29,06	22,23	46,89	500,48
Sezoniniai vaisiai		110	1,80	0,45	34,65	149,85
Iš viso:			34,45	26,27	104,52	788,86

Direktorė
Ona Buikienė



2 savaitė
Trečiadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliais (tausojantis, augalinis)	1-3/31AT (96 p.)	150	2,37	3,37	16,24	104,77
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpine(tausojantis)	50 (208 p.)	200	16,56	10,79	43,73	332,67
Grietinė, 30%rieb.		30	0,72	9,00	0,93	87,90
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)		150	1,20	0,30	16,50	73,50
Iš viso:			22,24	23,71	86,85	644,46

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliais (tausojantis, augalinis)	1-3/31AT (96 p.)	150	2,37	3,37	16,24	104,77
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	28 (186p.)	100	18,33	13,70	18,68	268,34
Bulvių košė	4-3/64T (183 p.)	110	1,90	4,12	17,14	113,19
Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu	2-1/12 (118 p.)	130	2,15	0,94	11,42	62,69
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Iš viso :			26,50	22,86	91,05	672,85

Direktorė
Ona Buikiene



2 savaitė
Ketvirtadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojojantis, augalinis)	1-3/39AT (104 p.)	150	1,51	3,15	11,35	79,81
Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieš.	14-1/2 (310 p.)	10	0,46	0,26	0,51	6,13
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	30	1,67	0,30	11,34	54,74
Troškiny su kiauliena ir ryžiais (tausojojantis)	3 (161 p.)	100/100	28,19	5,39	8,06	403,93
Šviežių kopūstų, cukinijos ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis	2-1/22A (128 p.)	200	2,77	9,79	11,04	143,31
Sezoniniai vaisiai		110	1,50	0,90	20,85	117,50
Iš viso:			36,10	19,79	63,15	805,42

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojojantis, augalinis)	1-3/39AT (104 p.)	150	1,51	3,15	11,35	79,81
Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieš.	14-1/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Kepti vištienos kukuliai su sezano sėklomis (tausojojantis)	10-7/143T (290 p.)	100	24,34	11,89	5,31	225,59
Virtos bulvės	4-3/65AT (184 p.)	110	2,27	0,11	20,73	93,02
Šviežių kopūstų, cukinijos ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis	2-1/22A (128 p.)	200	2,77	9,79	11,04	143,31
Sezoniniai vaisiai		110	1,50	0,90	20,85	117,50
Iš viso:			34,10	26,27	79,09	709,14

Direktorė
Ona Buikiene



2 savaitė
Penktadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/40AT (105 p.)	150	2,15	4,82	17,41	121,64
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Kepti su garais jūros lydekos kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis)	9-7/142T (262 p.)	100	17,87	4,99	13,26	169,45
Bulvių košė	4-3/64T (183 p.)	110	1,90	4,12	17,14	113,19
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raug. agurkais	2-3/60A (132p.)	130	4,49	9,42	16,99	170,75
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)		180	0,72	0,72	23,40	102,96
Iš viso:			28,52	24,32	97,65	723,61

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/40AT (105 p.)	150	2,15	4,82	17,41	121,64
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Traškios vištienos blauzdelės (tausojantis)	205 (452 p.)	120	27,67	7,75	6,60	206,81
Biri ryžių košė	5 (320p.)	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raug. agurkais	2-3/60A (132p.)	130	4,49	9,42	16,99	170,75
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)		100	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso :			39,43	26,80	92,29	772,61

Direktorė
Ona Buikiene



3 savaitė
Pirmadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/24AT (89 p.)	150	3,89	3,30	14,98	105,17
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T (294 p.)	140	24,81	14,36	6,62	254,94
Kiaulienos (mentė) ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T (294 p.)	120	18,82	20,61	7,63	284,76
Virtos bulvės	4-3/65AT (184 p.)	110	2,27	0,11	20,73	93,02
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	2-1/19A (125 p.)	120	1,37	11,66	5,26	131,40
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)		120	0,96	0,24	13,20	58,80
Iš viso (su mente):			28,70	36,17	71,25	718,79

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/24AT (89 p.)	150	3,89	3,30	14,98	105,17
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Blynėliai su bananais ir jogurtine grietine, 10%rieb.	79 (237p.)	200/30	16,45	19,32	77,40	535,15
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)		100	0,80	0,20	11,00	49,00
Iš viso:			22,53	23,07	112,83	734,94

3 savaitė
Antradienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis)	1-3/33AT (98 p.)	150	1,50	3,37	14,72	95,23
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1 (159p.)	100/60	29,81	22,61	10,09	357,69
Bulvių košė su morkomis	4-3/62T (181p.)	100	1,74	1,23	12,37	67,83
Virtų burkėlių salotos su šviežiais obuoliais	2-3/63A (135p.)	120	1,17	11,72	12,03	158,25
Sezoniniai vaisiai		100	0,40	0,31	13,40	87,91
Iš viso:			36,01	39,49	72,06	812,53

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis)	1-3/33AT (98 p.)	150	1,50	3,37	14,72	95,23
Viso grūdo duona	1 6-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Kietųjų kviečių makaronai su kiauliena (tausojantis)	68 (226 p.)	100/100	34,82	15,25	35,64	418,19
Sezoniniai vaisiai		100	0,40	0,31	13,40	87,91
Iš viso:			38,11	19,18	73,21	646,95

Direktorė
Ona Buikienė

3 savaitė
Trečiadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/26AT (91 p.)	150	0,77	8,20	33,69	232,17
Nesaldintas jogurtas, 2,5%rieb.	14-1/2 (310p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T (290 p.)	100	24,34	11,89	5,31	225,59
Ryžių kruopų košė	3-3/36AT (142p.)	100	2,54	2,18	27,42	139,41
Virti burokėliai su svogūnais	4-3/69AT (188 p.)	110	1,50	6,10	8,95	96,63
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)		90	0,81	0,90	10,53	46,17
Iš viso:			31,67	29,70	95,71	789,88

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių sriuba (tausojantis)	26 (150 p.)	150	4,14	4,74	12,54	108,06
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Virtų bulvių blynai su mėsos įdaru ir jogurtine grietine (10%)	53 (211 p.)	200/40	17,89	14,04	53,69	450,06
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)		120	1,08	1,20	14,04	61,56
Iš viso:			24,50	20,23	89,72	665,30

Direktorė
Ona Buikienė 

3 savaitė
Ketvirtadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūštynių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/22AT (87 p.)	150	5,89	8,20	33,69	232,17
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Varškės apkepas (tausojantis)	7-8/169T (253 p.)	180	22,50	15,35	37,47	377,99
Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieš.	14-1/2 (310 p.)	30	1,35	0,75	1,56	18,39
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)		120	0,48	0,36	20,10	69,48
Iš viso:			31,61	24,91	102,27	743,65

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/22AT (87 p.)	150	5,89	8,20	33,69	232,17
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Maltos kiaulienos kepaliukai (tausojantis)	20 (178 p.)	100	18,03	9,01	15,40	186,93
Bulvių košė	4-3/64T	110	1,90	4,12	17,14	113,19
Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu	2-1/12 (118p.)	110	1,82	0,79	9,66	53,04
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)		120	0,48	0,36	20,10	69,48
Iš viso:			29,51	22,73	105,44	700,43

Direktorė
Ona Buikienė 

3 savaitė
Penktadienis
I variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	1-3/27AT (92 p.)	150	2,63	3,24	14,86	99,10
Nesaldintas jogurtas, 2,5%rieb.	14-1/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Kepta su garais liesa (menkė, lydeka) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/144T (264 p.)	100	18,67	0,35	11,70	78,32
Biri grikių košė	3-3/43AT (149 p.)	110	6,51	4,89	35,83	213,35
Raugintų kopūstų ir morkų salotos	2-1/17A (123 p.)	150	1,27	10,60	8,91	136,09
Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos (sezono metu)	2-1/20A (126 p.)	150	1,30	9,18	7,86	119,22
Sezoniniai vaisiai		120	1,44	0,36	27,72	119,88
Iš viso:			32,23	19,87	108,83	696,65

II variantas

Pietūs 12:00- 14:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	1-3/27AT (92 p.)	150	2,63	3,24	14,86	99,10
Nesaldintas jogurtas, 2,5%rieb.	14-1/2 (310 p.)	7	0,32	0,18	0,36	4,29
Viso grūdo duona	16-1/2 (332 p.)	25	1,39	0,25	9,45	45,62
Cukinių ir bulvių plokštainis su nesaldintu jogurtu (tausojantis)	4-8/169 (214 p.)	180/40	8,43	7,62	36,19	247,10
Sezoniniai vaisiai		150	2,16	0,54	41,58	179,82
Iš viso :			14,93	11,83	102,44	610,10

Direktorė
Ona Buikienė