

1 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba su pienu (2,5%) (tausojantis)	SR-9/100	100	0,79	0,58	2,38	16,45
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Morkų troškiny su ryžiais ir džiovintomis slyvomis (augalinis) (tausojantis)	DRŽP-59/190/K	190	4,72	9,99	60,30	340,53
Burokėlių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-207/40/K	40	0,65	2,45	3,85	36,60
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/40	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Kefyras (2,5%)	GER-18/200	200	6,80	5,00	9,80	120,00
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			15,38	18,72	101,11	668,22
Iš viso (dienos davinio):			15,38	18,72	101,11	668,22

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) (tausojantis)	SR-85/100	100	1,63	1,23	6,26	42,26
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškės (9%) apkepęs su razinomis (tausojantis)	VRSP-48/200	200	25,67	16,05	33,89	382,91
Grietinė (30%)	PAD-11/10	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos	PAD-1/10	10	0,11	0,05	0,60	4,39
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vanduo su citrina	GER-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			30,70	22,59	77,36	640,37
Iš viso (dienos davinio):			30,70	22,59	77,36	640,37

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-163/100	100	4,27	0,73	13,98	76,18
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Jūros lydekės maltinis (tausojantis) (virtas garuose)	ŽUPV-22/75/K	75	13,15	21,74	15,96	154,73
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-34/80/K	80	2,36	0,04	23,72	139,60
Šviežių kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuoto aliejaus padažu (augalinis)	SAL-209/40	40	0,56	4,10	2,21	45,30
Virtų burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais, šalto spaudimo nerafinuoto aliejaus padažu (augalinis) (tausojantis)	SAL-36/40/K	40	1,00	4,29	4,55	56,12
Vanduo su citrina	GER-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			23,67	25,54	92,74	623,73
Iš viso (dienos davinio):			23,67	25,54	92,74	623,73

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis)	SR-158/100	100	0,87	0,09	6,84	29,13
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Grikių kruopų troškiny su morkomis, svogūnais, žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-12/190/K	190	5,33	0,87	47,47	279,27
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-6/40/K	40	0,45	3,27	1,65	35,99
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/40	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Kefyras (2,5%)	GER-18/200	200	6,80	5,00	9,80	120,00
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			16,17	16,68	98,92	679,44
Iš viso (dienos davinio):			16,17	16,68	98,92	679,44

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/100	100	0,76	0,59	4,89	26,30
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Užkeptas kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-13/100/K	100	26,90	11,94	5,69	239,43
Grietinės (30%) padažas	PAD-63/10	10	0,19	1,92	0,47	20,05
Biri nešlifuotų ryžių kruopų košė (tausojantis)	GAR-32/80/K	80	3,60	0,29	22,22	101,39
Kopūstų salotos su krynais, šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-75/40/K	40	0,66	3,45	3,15	43,01
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-24/40/K	40	0,64	5,65	3,85	65,43
Vanduo su citrina	GER-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			33,08	24,48	72,59	647,41
Iš viso (dienos davinio):			33,08	24,48	72,59	647,41


 Džiūnaitė Jonikienė

Maisto organizavimo regiono vadovė
 Diana Vaitova

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta pomidorų, lęšių sriuba su obuoliais (augalinis) (tausojantis)	SR-21/100/K	100	5,74	0,93	17,32	93,07
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Jūros lydekės kotletas (tausojantis)	ŽUVP-94/75/K	75	14,51	19,31	14,86	163,79
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-34/80/K	80	2,36	0,04	23,72	139,60
Burokėlių - raugintų kopūstų salotos su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-216/40/K	40	0,60	3,24	4,70	47,36
Kopūstų, pomidorų, agurkų ir paprikų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-7/40/K	40	0,47	3,29	2,05	37,85
Vanduo su citrina	GĖR-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			26,01	25,45	94,97	633,47
Iš viso (dienos davinio):			26,01	25,45	94,97	633,47

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba su morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-33/100	100	2,27	0,71	9,00	48,26
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos kotletas (tausojantis)	KMP-236/75/K	75	11,62	15,85	8,08	223,04
Biri nešlifutų ryžių kruopų košė (tausojantis)	GAR-32/80/K	80	3,60	0,29	22,22	101,39
Keptų burokėlių salotos su sezamų sėklomis, šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-98/40/K	40	0,88	6,94	4,32	79,13
Kopūstų salotos su paprika, šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-214/40/K	40	0,65	3,30	3,26	42,72
Vanduo su citrina	GĖR-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			21,35	25,73	79,20	646,34
Iš viso (dienos davinio):			21,35	25,73	79,20	646,34

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis ir šaldytais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	SR-54/100	100	1,43	3,44	7,61	64,66
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Bulvių plokštainis (augalinis) (tausojantis)	DRŽP-111/180	180	6,78	1,39	54,37	256,28
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Kopūstų salotos su krapais su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-122/40/K	40	0,63	2,09	2,60	28,50
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/40	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/200	200	6,80	5,00	9,80	120,00
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			18,24	17,87	101,38	672,84
Iš viso (dienos davinio):			18,24	17,87	101,38	672,84

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su ryžių kruopomis (augalinis) (tausojantis)	SR-83/100	100	0,76	0,55	7,25	37,09
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepta - marinuota vištienos šlaunelė (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-303/75/K	75	17,64	9,02	0,71	178,15
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Biri nešlifutų ryžių kruopų košė (tausojantis)	GAR-32/80/K	80	3,60	0,29	22,22	101,39
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, pomidorais ir aliejaus padažu (augalinis)	SAL-26/40/K	40	0,49	4,10	1,90	44,20
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-120/40/K	40	0,45	2,48	2,96	33,77
Vanduo su citrina	GĖR-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			25,45	22,33	67,58	595,16
Iš viso (dienos davinio):			25,45	22,33	67,58	595,16

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-38/100	100	1,05	3,43	6,14	57,32
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškėčiai (9%) virti (tausojantis)	VRŠP-50/175	175	26,16	12,90	31,14	356,02
Grietinė (30%)	PAD-11/10	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos	PAD-1/10	10	0,11	0,05	0,60	4,39
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vanduo su citrina	GĖR-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			30,49	20,14	74,33	613,89
Iš viso (dienos davinio):			30,49	20,14	74,33	613,89

Direktorė
Džulijeta Jonikienė

Maisto organizavimo regiono vadovė
Diana Voitova

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-5/100	100	0,94	0,68	7,75	37,29
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kapotos vištienos marinuoti kepinukai (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-306/75/K	75	14,11	9,06	7,35	185,13
Grietinės (30%) padažas	PAD-63/10	10	0,19	1,92	0,47	20,05
Biri nešlifuoti ryžių kruopų košė (tausojantis)	GAR-32/80/K	80	3,60	0,29	22,22	101,39
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-16/40/K	40	0,28	4,04	1,96	43,58
Keptų burokėlių salotos su sezamų sėklomis, šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-98/40/K	40	0,88	6,94	4,32	79,13
Vanduo su citrina	GĖR-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			22,33	23,57	76,39	618,37
Iš viso (dienos davinio):			22,33	23,57	76,39	618,37

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba su porais ir pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-63/100	100	4,31	0,75	11,49	66,15
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Pupelių-daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) troškiny (augalinis) (tausojantis)	ADP-3/200	200	11,80	1,93	38,18	207,02
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/40	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Kopūstų salotos su kmynais, šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-75/40/K	40	0,66	3,45	3,15	43,01
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/200	200	6,80	5,00	9,80	120,00
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			26,17	17,08	95,62	639,58
Iš viso (dienos davinio):			26,17	17,08	95,62	639,58

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-39/100/K	100	0,69	0,41	5,64	28,00
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškės pudingas su bananais (tausojantis) (keptas su garais)	VRŠP-8/200	200	29,24	17,69	39,75	436,38
Grietinė (30%)	PAD-11/10	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos	PAD-1/10	10	0,11	0,05	0,60	4,39
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vanduo su citrina	GĖR-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			33,21	21,91	82,44	664,93
Iš viso (dienos davinio):			33,21	21,91	82,44	664,93

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta šaldytų žirnių sriuba (tausojantis)	SR-92/100	100	3,16	6,69	11,02	115,12
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Pašiša su sezamo sėklomis (keptas su garais) (tausojantis)	ŽUVP-87/75/K	75	17,77	11,95	3,07	193,75
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-34/80/K	80	2,36	0,04	23,72	139,60
Šviežių daržovių salotos (pekino kopūstai, ridikėliai, agurkai) su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-181/80	80	0,74	6,15	2,61	64,32
Vanduo su citrina	GĖR-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			26,36	25,47	72,74	664,59
Iš viso (dienos davinio):			26,36	25,47	72,74	664,59

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba su ž. k. žirneliais (tausojantis)	SR-164/100	100	2,59	2,37	7,19	59,32
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/K	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos plovai (tausojantis)	KMP-45/180/K	180	21,25	23,11	23,63	382,25
Kopūstų ir agurkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-179/40/K	40	0,60	4,89	2,94	55,64
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/40	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200	200	0,03	0,02	0,46	1,56
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	1,00	0,40	21,40	102,80
Iš viso:			26,89	26,09	67,00	653,41
Iš viso (dienos davinio):			26,89	26,09	67,00	653,41

Direktore
Džiuljeta JonikienėMiesto organizavimo regiono vadovė
Diana Voitova