



Maisto galerija

UAB Maisto galerija

**Sudarytas pagal patiekalų receptūrų pavyzdžius, pateiktus VŠĮ „Tikra mityba“ ir individualius
UAB Maisto galerija**

Vilniaus Sietuvos progimnazija

PIETŲ SAVITARNOS STALO

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 metų vaikams

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8:45 iki 15:00 val.

1 Savaitė Pirmadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	3,20	2,20	12,50	82,50
Viso grūdo duona		30	1,10	0,20	8,70	41,00
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	K006	50	11,10	6,295	3,85	116,50
Orkaitėje keptos paukštienos blauzdelės (tausojantis)	P025	70	16,90	10,20	0,20	160,00
Lietiniai su obuoliais	M007	100	8,70	9,41	35,09	260
Kietųjų kviečių makaronai(tausojantis)(augalinis)	Gr010	100	6,20	1,23	33,58	170,00
Morkų-apelsinų salotos	S004	50	0,52	2,61	4,67	44,00
Daržovių lazdelės(morkos, agurkai pagal sezoną, paprika)		15/15/ 15	1,07	0,13	11,07	62,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Stalo vanduo paskanintas citrusiniais vaisiais	G009	150	0,00	0,00	0,80	3,00

1 Savaitė Antradienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	150	1,40	2,30	11,00	70,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Plovas su kiauliena	K001	10/40/ 50	14,85	8,06	14,96	192,00
Troškinta kiauliena su daržovėmis	K004	50/50	16,37	10,87	6,07	188,00
Virtos grikių kruopos(tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Bulvių košė	Gr021	66/54	5,50	1,80	20,30	119,00
Mini varškėčiai (tausojantis)	V014	100	10,76	5,97	14,81	156,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Daržovių lazdelės	D006	30	0,30	0,06	0,96	9,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Stalo vanduo paskanintas uogomis	G009	150	0,10	0,00	1,00	4,00

1 Savaitė Trečiadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	150	1,29	1,52	7,88	51,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Natūrali kepta šlaunelių mėsa krosnyje	P025	100	24,08	14,63	0,32	229,00
Žuvies filė maltinukai su petražolėmis ir sviestu (tausojantis)	Ž010	100	16,09	13,85	6,58	215,29
Virtinukai su varške(tausojantis)	M013	75/25	6,36	2,69	17,09	118,00
Virti ryžiai spalvoti (tausojantis)	GR002	100	4,50	0,20	49,10	222,00
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	Gr017	120	3,90	0,70	29,80	141,00
Salotų lapai apšlakstyti alyvuogių aliejumi š. spaudimo	S014	30	0,71	0,39	8,49	27,60
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Daržovių lazdelės (morkos, paprika, salierų stiebai)		15/15/15	1,07	0,13	11,07	62,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo su uogomis		150	0,00	0,05	0,03	2,64

1 Savaitė Ketvirtadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba	Sr024	150	4,46	5,66	15,09	129,00
Vištiena saldžiarūgščiam padaže (tausojantis)	P008	60/40	21,39	10,36	6,17	203,00
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	K003	100	18,92	7,00	18,06	211,00
Lietinių blynų skarelės	A70	100	7,37	9,47	36,37	256,55
Virtos grikių kruopos(tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Virtos bulvės su krapais (tausojantis) (augalinis)	Gr014	100	2,27	2,92	16,68	102,00
Kopūstų-morkų su poru salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	50	0,70	3,98	3,12	33,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo su citrina		145/7	0,04	0,02	0,48	4,00

Savaitė Penktadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais	Sr023	150	2,22	1,65	11,04	67,50
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Varškės apkepas	K85	100	16,38	12,49	19,76	256,96
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas	,00	15	0,57	0,53	0,60	9,41
Orkaitėje keptos vištienos lazdelės su sezamais	P018	100	30,46	10,84	3,62	234,00
Kiaulienos kukuliai su sūriu „Liolipopsai“	K012	50	25,54	12,15	0,61	225,03
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	Gr003	100	4,24	0,53	26,12	126,00
Konvekciniėje krosnyje be riebalų keptos bulvės	Gr022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Daržovių rinkinukas (agurkai pagal sezoną, špinatų lapai, morkos)	D006	20/10/20	0,50	0,15	4,65	28,50
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo paskatintas uogomis		150/5	0,04	0,02	0,46	2,00

2 Savaitė Pirmadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1,30	1,30	11,20	62,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Pilno grūdo makaronai	Gr010	100	6,20	1,23	33,58	170,00
Troškintos kiaulienos padažas (tausojantis)	K008	100	13,31	13,23	9,90	212,00
Orkaitėje keptas paukštienos šašlykas (mėsa) (tausojantis)	A37	50/30	24,08	14,63	0,32	229,00
Sklindžiai su obuoliais	M003	100	6,45	10,83	32,50	253
Daržovės (brokoliai, šparaginės pupelės, traški mini morkytė)	D002	100	7,97	7,75	20,79	185,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo paskatintas citrina	G009	150	0,00	0,00	0,00	2,00

2 Savaitė Antradienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba	Sr21	150	1,10	5,02	8,98	93,35
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kiaulienos šašlykas (tausojantis)	A21	50/30	11,92	24,67	6,60	291,91
Vištienos šnicelis (tausojantis)	A36	50	10,55	14,07	3,58	181,78
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	V003	42,5/ 75	6,81	4,185	10,17	105,50
Konvekciniėje krosnyje be riebalų keptos bulvės	GR022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Kopūstų morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	Gr002	50	0,70	2,00	3,10	33,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo su citrina		145/7	0,04	0,02	0,48	1,63

2 Savaitė Trečiadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150	2,57	2,16	20,25	111,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Žuvies maltinis su trintų pomidorų padažu (tausojantis)	Ž011	100	14,88	9,86	1,99	156,23
Vištienos filė juostelės su traškia kukurūzų dribsnių plutele	P026	100	15,68	15,63	3,85	194,00
Bulvių plokštainis	A48	100	3,49	6,05	24,32	163,52
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,27	2,92	16,68	102,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Žalumynų padažas	P0016	20	0,21	14,63	1,00	133,33
Morkų salotos su sezamo sėklomis su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S004	50	1,04	5,21	9,34	44,00
Vanduo su apelsiniais	G009	145/5	0,04	0,02	0,46	2,00

2 Savaitė Ketvirtadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių sriuba (tausojantis)	Sr21	150	3,34	4,55	13,45	105,48
Kapotos vištienos kepsniukai	P019	100	20,81	8,89	4,90	183,00
Kiaulienos kepsneliai su sezamais (tausojantis)	K009	100	18,92	7,00	18,06	211,00
Lietiniai blynai su varške	M010.1	70/30	8,97	7,87	19,80	186,00
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,27	2,92	16,68	102,00
Virti ryžiai spalvoti (tausojantis)	GR002	100	4,50	0,20	49,10	222,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	S009	50	1,15	3,69	3,21	50,50
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo paskanintas uogomis		150	0,60	0,20	3,80	19,00

2 Savaitė Penktadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis)	Sr044	150	2,66	2,31	17,39	99,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kepta nugarinė "Karbonadas"	K014	50	22,12	23,67	7,46	293,20
Makaronai su vištiena ir daržovėmis	P027	100,00	7,54	7,02	18,35	158,38
Daržovių rinkinukas (salotų lapai, morkos, agurkai)	D006	10/20/20	1,07	0,13	11,07	62,00
Keptos bulvių skiltelės	Gr022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Natūralus jogurtas		20	0,70	0,50	0,80	11,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	150	0,10	0,00	1,30	6,00

3 savaitė Pirmadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba(tausojantis)(augalinis)	Sr005	150	1,34	1,52	8,48	52,50
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kiaulienos šnicelis (tausojantis)	A10	50	10,58	9,76	4,23	152,90
Vištienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	P008	60/40	21,39	10,36	6,17	203,00
Keptos bulvės	Gr022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Kietųjų kviečių makaronai(tausojantis)(augalinis)	Gr010	100	6,20	1,23	33,58	170,00
Fermentinio sūrio padažas	P 48	20	8,30	6,40	0,02	90,80
Morkų salotos su salierais arba saulėgražomis	S006	100	1,04	5,21	9,34	88,00
Daržovių lazdelės(pagal sezoną agurkas, paprika)	D006	20/10/ 20	1,07	0,13	11,07	62,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Stalo vanduo paskanintas vaisiai	G009	150	0,10	0,00	1,30	6,00

3 Savaitė Antradienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Brokolių sriuba(tausojantis)	Sr027	150	2,16	0,26	7,88	42,90
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Orkaitėje keptos vištienos terinas su linų sėmenimis(tausojantis)	P017	100	22,68	2,88	5,75	140,00
Kiaulienos nugarinės juostelės(tausojantis)	K011	100	29,51	14,17	0,63	246,69
Spelta miltų lietiniai blynai įdaryti bananais	M012	70/30	5,54	6,36	31,58	206,00
Virtos grikių kruopos(tausojantis)(augalinis) su daržovėmis	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Grietinė		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Virtos-apkeptos bulvės	Gr022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Kopūstų morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	45	0,60	1,80	2,80	30,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Stalo vanduo paskanintas mėta	G009	150	0,10	0,00	0,80	4,00

3 Savaitė Trečiadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba su žalumynais tausojantis) (augalinis)	Sr001	150	4,45	5,65	15,09	129,00
Orkaitėje kepti žuvies filė maltinukai (tausojantis) krapų padaže	Ž010	50	8,09	6,93	3,29	109,65
Paukštienos filė kepsneliai	A33	50	11,89	7,19	3,85	126,80
Virti ryžiai spalvoti	GR002	100	4,5	0,2	49,1	222,00
Virtų bulvių skiltelės	Gr014	100	2,00	0,10	18,30	82,00
Daržovių salotos su krapais	S011	75	0,53	4,9	3,62	16,64
Virtinukai su varškės-špinatų įdaru (tausojantis)	M013.1	75/25	6,85	3,00	17,11	123,00
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Stalo vanduo paskanintas daržovėmis		150	0,05	0,00	0,60	4,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00

3 Savaitė Ketvirtadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių sriuba	Sr024	150	4,45	5,65	15,09	129,00
Orkaitėje keptos vištienos lazdelės (tausojantis)	P018	50	15,23	5,42	1,81	117,00
Bulvių plokštainis su vištiena	D010	100	9,98	2,53	16,85	130,00
Lietiniai blynėliai su braškių įdaru	M012	70/30	5,54	6,36	31,58	206,00
Virti ryžiai su ciberžole (tausojantis) (augalinis)	Gr.002	100	3,79	0,20	32,76	148,00
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Daržovių lazdelės pagal sezoną (agurkai, salotų lapai, morkos)	S005	20/10/20	1,07	0,13	11,07	62,00
Stalo vanduo paskanintas daržovėmis		150	0,05	0,00	0,60	4,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00

3 Savaitė Penktadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos sultinys su makaronais	Sr034	150	1,70	1,60	8,30	54,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	50	11,34	1,44	2,88	70,00
Virtos grikių kruopos(tausojantis) (augalinis)	Gr13	100	4,20	1,03	2,10	119,00
Traški kiaulienos nugarinė	MG-K010	50	17,78	8,97	0,87	157,52
Keptos bulvių lazdelės	Gr022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Varškės-morkų apkepas	V013	75/25	11,56	11,94	15,71	217,00
Natūralus jogurtas 2,5%		20	0,70	0,50	0,80	11,00
Trintos uogos(pagal sezoną)		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Pekino kopūstų salotos su pomidorais	S24	50	0,63	4,62	1,93	48,23
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	150	0,00	0,00	1,00	4,00

4 Savaitė Pirmadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr007	150	1,30	1,30	11,20	62,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kepta vištų šlaunelių mėsa su daržovėmis(tausojantis)	P	113/57	13,90	12,3	43,6	409,00
Kiaulienos dešrelės Moksleivių	A039	50	3,59	14,20	0,42	153,42
Virtos-apkeptos bulvės krosnyje	Gr.022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Kietųjų kviečių makaronai(tausojantis)(augalinis)	Gr010	100	6,20	1,23	33,58	170,00
Fermentinio sūrio padažas	Pa11	20	19,14	18,10	6,85	53,35
Sezoninių daržovių rinkinukas (morkos, cukinija, agurkai)	D006	20/15/20	0,40	0,10	1,80	10,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo su uogomis	G009	150	0,05	0,02	0,12	3,00

4 Savaitė Antradienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	Sr015	150	1,37	6,28	11,23	116,69
Viso grūdo ruginė duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	K004	45/65	5,52	12,00	6,70	206,00
Kapotos vištienos kepsneliai						
Bulvių košė (tausojanti)	Gr012	100	2,27	2,92	16,68	102,00
Brinkinti gričiai (tausojantis)	Gr018	100	4,40	1,10	24,30	124,00
Lietiniai blynėliai su uogomis	M012	70/30	5,54	6,36	31,58	206,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Sezoninės daržovių rinkinys(morkos, paprika)	D006	15/15	0,50	0,10	3,100	14,25
Švž. Kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir aliejaus užpilu	S008	100	1,43	5,25	9,54	91,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo paskatintas uogomis	G009	150	0,05	0,02	0,12	3,00

4 Savaitė Trečiadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais(tausojantis) (augalinis)	Sr0	150	1,60	2,10	7,60	56,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Kiaulienos šašlykas (tausojantis)	A21	50/30	11,92	24,67	6,60	291,91
Orkaitėje kepti žuvies filė maltinukai (tausojantis)	Ž010	50	8,05	6,93	3,29	107,65
Mini varškėčiai (tausojantis)	V014	100	10,76	5,97	14,81	156,00
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Trintos uogos pagal sezoną		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Virti ryžiai su kariu (tausojantis) (augalinis)	Gr002	100	3,79	0,20	32,76	148,00
Keptos bulvės	Gr 022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	S009	50	1,15	3,69	6,21	50,50
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo praturtintas vaisiais	G009	150	0,05	0,02	0,12	3,00

4 Savaitė Ketvirtadienis

Pietūs -10:35-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr024	150	1,03	1,59	8,24	51,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,3	13,00	61,00
Kiaulienos nugarinės juostelės	K011	100	29,51	14,17	0,63	246,69
Virtos-apkeptos bulvės krosnyje	Gr.022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Pilno grūdo makaronai su vištienos-daržovių padažu (tausojanti) (augalinis)	GR010/p	100	6,20	1,23	33,58	190,17
Lietiniai blynėliai	A70	100	7,37	9,47	36,37	256,55
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,00
Vaisių padažas		20	0,15	0,12	2,43	11,50
Daržovių rinkinukas (morkos, cukinija, paprika)	S010	15/15/15	0,60	3,00	3,90	64,40
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Stalo vanduo paskanintas uogomis		150	0,00	0,00	1,00	4,00

4 Savaitė Penktadienis**Pietūs -10:35-13:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	Sr009	150	2,11	1,63	14,41	81,00
Pilno grūdo duona		30	1,60	0,30	13,00	61,00
Jautienos kukuliai kepti garuose (tausojantis)	J004	50	10,35	5,455	4,71	109,00
Tortilija su vištiena ir daržovėmis	4K	140,00	14,68	6,48	34,68	249,05
Ryžių pudingas	8D	100,00	3,12	4,32	21,38	135,08
Virtos-apkeptos bulvės	Gr.022	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	Gr007	100	5,13	0,71	31,63	153,00
Natūralus jogurtas		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Daržovių rinkinys(morkos, salotų lapai su alyvuogių aliejumi, salieras, paprika)	D006	15/10/15	0,10	0,20	3,60	20,00
Sezoniniai vaisiai		50	0,76	0,30	9,00	56,00
Vanduo paskanintas obuoliais	Gr009	150	0,00	0,00	1,00	4,00

Direktorė

Nijolė Kairytė