

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas



KAUNO MOKYKLA-DARŽELIS „ŠVIESA“
Rimvydo g. 20, 50241 Kaunas

Įsigalioja 2023-09-04

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

7-10 metų vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7:00 iki 19:00 val.

I savaitė
Pirmadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių sriuba su grietinėle (36 proc. rieb.) ir skrebučiais (tausojantis)	66530	137/8/5	2,61	3,72	14,10	100,26
Troškinta kiaulienos sprandinė (tausojantis)	31286	80,00	12,59	18,01	0,46	214,30
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	22017	60,00	2,30	0,76	18,25	89,00
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika, morkos)	71530	100,00	0,88	0,10	7,01	32,46
Vanduo su apelsiniais	25586	150,00	0,07	0,01	0,86	3,77
Plėšoma sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	18304	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoninių vaisių lėkštė	63682	185,00	1,67	0,74	17,95	85,10
Iš viso maitinimui:			25,45	27,49	58,71	584,01

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	25390	180/20	10,24	10,30	48,75	328,67
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	25525	100,00	3,20	2,50	4,00	51,30
Iš viso maitinimui:			13,44	12,80	52,75	379,97
Iš viso dienai:			38,89	40,29	111,46	963,98

1 savaitė
Antradienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	38767	150,00	2,29	3,23	19,59	116,61
Garuose kepta kalakutienos file (tausojantis)	37528	80,00	18,77	6,70	6,10	159,75
Birūs griokiai su tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	14088	80,00	4,84	2,10	26,61	144,70
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika, lapinė salota)	71548	100,00	0,84	0,11	4,03	20,47
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Sezoninių vaisių lėkštė	63683	120,00	0,36	0,48	18,12	78,24
VafLIAI	23869	15,00	2,61	1,02	10,89	63,18
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22405	30,00	0,20	0,11	3,50	15,80
Iš viso maitinimui:			29,99	13,77	89,59	602,27

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kvietinių miltų blynai su obuoliais	17157	130/30	8,74	11,05	50,70	337,16
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22092	20,00	0,13	0,07	2,96	13,00
Pienas (2,5 proc.rieb.)	25300	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			11,66	13,62	58,37	402,66
Iš viso dienai:			41,65	27,39	147,96	1 004,94

1 savaitė
Trečiadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sriuba su kiaulienos kumpio kukulaičiais (tausojantis)	66536	125/25	5,93	2,84	9,84	88,64
Orkaitėje keptas netikras kiaulienos sprandinės zuikis (tausojantis)	31289	80,00	10,96	15,61	2,66	194,95
Žirnių košė su morkomis ir alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	22020	74/16/2	6,27	2,11	16,53	110,17
Burokėlių salotos	72713	80,00	1,18	3,73	7,31	67,54
Agurkų griežinėliai	71535	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Grūdėta varškė (7 proc. rieb.)	19200	90,00	11,04	6,44	2,48	112,06
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22406	60,00	0,39	0,22	7,00	31,60
Iš viso maitinimui:			36,06	30,97	47,42	612,67

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti viso grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	17984	160/40	16,42	10,71	35,47	303,95
Nesaldinta vaisinė arbata	20584	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Sezoninių vaisių lėkštė	1627	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			16,82	10,71	45,37	345,18
Iš viso dienai:			52,88	41,68	92,79	957,85

1 savaitė
Ketvirtadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	66537	150,00	1,39	2,61	10,99	73,01
Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių mėsa	37529	150/50	14,63	7,16	39,19	279,74
Grietinė (30 proc. rieб.)	13384	15,00	0,39	4,50	0,41	43,68
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika, lapinė salota)	71548	100,00	0,84	0,11	4,03	20,47
Agurkai marinuoti	16262	70,00	0,56	0,14	1,93	11,20
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Bandelė su cinamonu		50,00	3,95	2,30	29,70	155,30
Iš viso maitinimui:			21,84	16,85	86,98	586,92

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos pieniškos a.r. dešrelės (tausojantis)	17809	100,00	13,00	18,00	3,00	226,00
Agurkai, pomidorai ir aisbergo salota	71550	85,00	0,76	0,15	3,33	17,66
Viso grūdo ruginė duona	490	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Sezoninių vaisių lėkštė	29259	240,00	0,96	0,00	14,64	62,40
Nesaldinta juodoji arbata	16476	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			16,19	18,54	36,27	376,68
Iš viso dienai:			38,03	35,38	123,26	963,60

1 savaitė
Penktadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	65306	150,00	3,49	3,17	12,56	92,70
Viso grūdo ruginė duona	490	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Kepta šamo filė (tausojantis)	21036	100,00	18,59	12,06	0,95	186,65
Bulvių košė (tausojantis)	14155	90,00	1,91	3,15	16,11	100,41
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika, lapinė salota)	71548	100,00	0,84	0,11	4,03	20,47
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Varškės sūrelis be glaisto (23 proc. rie.)	18542	40,00	5,36	9,24	10,00	144,60
Iš viso maitinimui:			31,74	28,13	59,70	618,95

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės (9 proc. rie.) apkepas su manų kruopomis (tausojantis)	18946	150,00	20,27	11,90	14,01	244,26
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22092	20,00	0,13	0,07	2,96	13,00
Pienas (2,5 proc. rie.)	25300	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Sezoninių vaisių lėkštė	39407	110,00	1,10	0,44	25,74	111,32
Iš viso maitinimui:			24,30	14,92	47,41	421,07
Iš viso dienai:			56,04	43,05	107,11	1 040,02

2 savaitė
Pirmadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	66537	150,00	1,39	2,61	10,99	73,01
Kepta orkaitėje vištienos blauzdelė (tausojantis)	37531	100,00	23,30	11,87	0,91	203,62
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	22017	60,00	2,30	0,76	18,25	89,00
Kepti garuose burokėliai su sėklomis (augalinis, tausojantis)	72714	60,00	2,46	3,49	8,50	75,24
Daržovių rinkinukas (paprikos, pomidorai, agurkai)	71527	100,00	0,87	0,20	5,02	25,34
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Plėšoma sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	18304	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoninių vaisių lėkštė	63684	170,00	1,53	0,17	19,89	87,21
Iš viso maitinimui:			37,26	23,28	64,38	616,06

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti kiaušiniai (tausojantis)	5000	90,00	11,44	14,81	0,87	182,58
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	25525	100,00	3,20	2,50	4,00	51,30
Sezoninių vaisių lėkštė	39407	100,00	1,10	0,44	25,75	111,32
Iš viso maitinimui:			15,74	17,75	30,61	345,20
Iš viso dienai:			53,01	41,03	94,99	961,26

2 savaitė
Antradienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausoįantis)	38749	150,00	1,70	3,12	11,53	80,93
Troškintos kiaulienos sprandinės juostelės (tausoįantis)	30700	90,00	12,24	20,59	4,03	250,41
Virtos bulvės (tausoįantis) (augalinis)	21816	100,00	2,10	0,11	20,69	92,09
Daržovių rinkinukas (paprikos, pomidorai, agurkai)	71527	100,00	0,87	0,20	5,02	25,34
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Sezoninių vaisių lėkštė	63685	120,00	0,84	0,36	17,40	76,20
Vafliai	23869	15,00	2,61	1,02	10,89	63,18
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22405	30,00	0,20	0,11	3,50	15,80
Iš viso maitinimui:			20,63	25,52	73,80	607,46

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieš.) (tausoįantis)	31358	195/5	8,42	5,62	46,58	270,55
Vafliai	23669	10,00	1,74	0,68	7,26	42,12
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22092	20,00	0,13	0,07	2,96	13,00
Sezoninių vaisių lėkštė	39407	110,00	1,10	0,44	25,74	111,32
Nesaldinta vaisinė arbata	20584	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			11,39	6,81	82,55	437,02
Iš viso dienai:			32,02	32,33	156,35	1 044,48

2 savaitė
Trečiadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	65306	150,00	3,49	3,17	12,56	92,70
Viso grūdo ruginė duona	490	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Troškinta kalakutienos filė su česnakais (tausojantis)	37534	100,00	21,07	5,34	0,74	135,31
Bulvių košė (tausojantis)	14155	90,00	1,91	3,15	16,11	100,41
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika, lapinė salota)	71548	100,00	0,84	0,11	4,03	20,47
Agurkai marinuoti	16262	70,00	0,56	0,14	1,93	11,20
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Grūdėta varškė (7 proc. rieb.)	19198	100,00	12,00	7,00	2,70	121,80
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22406	60,00	0,39	0,22	7,00	31,60
Iš viso maitinimui:			41,81	19,54	61,11	587,60

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	5001	70,00	8,89	7,63	0,63	106,75
Agurkų ir natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) padažas	22097	33/7	0,53	0,24	1,35	9,69
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	16896	33/7	1,75	6,20	17,91	134,38
Lapinės salotos su pomidorais	64102	60,00	0,64	1,53	2,74	27,29
Sezoninių vaisių lėkštė	945	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Nesaldinta vaisinė arbata	20584	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			12,12	15,99	37,74	343,35
Iš viso dienai:			53,93	35,54	98,85	930,95

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	65308	150,00	4,53	1,82	17,99	106,47
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	31291	100/50	14,07	9,58	34,95	282,25
Grietinė (30 proc. rieb.)	13384	15,00	0,39	4,50	0,41	43,68
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika, morkos)	71530	100,00	0,88	0,10	7,01	32,46
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Varškės sūrelis be glaisto (23 proc. rieb.)	18543	50,00	5,76	9,93	10,75	155,45
Iš viso maitinimui:			25,71	25,95	71,85	623,82

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Keptas orkaitėje makaronų su sūriu (45 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	17656	135/15	11,68	12,68	23,83	256,11
Agurkų griežinėliai	71535	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Pomidorai ir paprika	16263	50,00	0,48	0,15	3,13	15,75
Bandelė su cinamonu	18305	50,00	3,95	2,30	29,70	155,30
Nesaldinta kmyņu arbata	1049	200,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			16,51	15,27	57,99	435,45
Iš viso dienai:			42,22	41,22	129,85	1 059,27

2 savaitė
Penktadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	38782	150,00	1,08	3,11	5,02	52,41
Garuose kepta lašiša su žolelėmis (tausojantis)	21037	80,00	19,10	12,68	0,86	193,92
Virti ryžiai (basmati) su kariu (tausojantis)	21821	70,00	1,78	0,76	21,44	99,71
Agurkai marinuoti	16262	70,00	0,56	0,14	1,93	11,20
Burokėlių salotos	72713	80,00	1,18	3,73	7,31	67,54
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Bandelė su cinamonu	18305	50,00	3,95	2,30	29,70	155,30
Iš viso maitinimui:			27,73	22,74	67,00	583,60

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
"Mini pica" (sumuštinų duona, pienoškos a.r. dešrelės, paprika, agurkai kons., fermentinis sūris 45proc.) (tausojantis)	16897	42/30/2 0/22/30	15,38	14,25	23,45	283,54
Paprikų juostelės	19378	30,00	0,27	0,06	2,01	9,66
Nesaldinta vaisinė arbata	20584	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Sezoninių vaisių lėkštė	39407	110,00	1,10	0,44	25,74	111,32
Iš viso maitinimui:			16,76	14,75	51,20	404,56
Iš viso dienai:			44,48	37,49	118,21	988,16

3 savaitė
Pirmadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	66537	150,00	1,39	2,61	10,99	73,01
Pjaustytos kalakutienos filė kepinukai (tausojantis)	37535	80,00	22,58	9,83	13,19	231,57
Birūs griikiai su tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	22029	70,00	4,23	1,86	23,28	126,82
Daržovių rinkinukas (paprikos, pomidorai, agurkai)	71527	100,00	0,87	0,20	5,02	25,34
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Plėšomos sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)	14886	40,00	10,68	8,32	0,16	118,24
Sezoninių vaisių lėkštė	63686	70,00	0,63	0,28	6,79	32,20
Iš viso maitinimui:			40,46	23,13	60,18	610,70

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai su varškės (9 proc. rieb.) įdaru	18947	65/55	12,24	11,43	34,45	289,64
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22092	20,00	0,13	0,07	2,96	13,00
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	20718	15,00	0,65	0,57	0,72	10,59
Nesaldinta juodoji arbata	16476	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Sezoninių vaisių lėkštė	1627	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			13,41	12,07	48,04	354,46
Iš viso dienai:			53,87	35,20	108,22	965,16

3 savaitė
Antradienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos sultinys su makaronais (tausojantis)	66538	140/10	4,81	2,50	14,61	100,18
Troškinta kiaulienos sprandinė (tausojantis)	31286	80,00	12,59	18,01	0,46	214,30
Žirnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	21972	88/2	7,35	2,15	18,09	121,11
Agurkai marinuoti	16262	70,00	0,56	0,14	1,93	11,20
Pomidorai ir paprika	16263	50,00	0,48	0,15	3,13	15,75
Vanduo su apelsiniais	25586	150,00	0,07	0,01	0,86	3,77
Sezoninių vaisių lėkštė	22620	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
VafLIAI	23869	15,00	2,61	1,02	10,89	63,18
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22405	30,00	0,20	0,11	3,50	15,80
Iš viso maitinimui:			29,36	24,29	71,47	621,90

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės (9 proc.rieb.) apkepas su migdolų drožlėmis (tausojantis)	18948	160,00	19,87	14,16	18,48	280,79
Trintos šaldytos uogos (braškės)	22092	20,00	0,13	0,07	2,96	13,00
Nesaldinta kmyņu arbata	1049	200,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Sezoninių vaisių lėkštė	39407	110,00	1,10	0,44	25,74	111,32
Iš viso maitinimui:			21,29	14,81	47,68	409,21
Iš viso dienai:			50,65	39,10	119,15	1 031,10

3 savaitė
Trečiadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	38749	150,00	1,70	3,12	11,53	80,93
Troškinta vištienos blauzdelė/šlaunelė su česnakais (tausojantis)	36945	120,00	22,78	12,56	0,98	208,10
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	21816	100,00	2,10	0,11	20,69	92,09
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika, lapinė salota)	71548	100,00	0,84	0,11	4,03	20,47
Pomidorų skiltelės	71951	50,00	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Įvairių vaisių tyrė	39509	100,00	0,70	0,50	15,88	70,79
Sezoninių vaisių lėkštė	63687	110,00	0,77	0,22	19,80	84,26
Iš viso maitinimui:			29,47	16,83	76,54	575,56

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti kiaušiniai (tausojantis)	4991	120,00	13,35	14,45	1,01	187,46
Viso grūdo batono skrebutis	16045	20,00	2,34	2,06	10,60	70,30
Agurkai ir paprika	16265	50,00	0,40	0,05	2,38	11,55
Sezoninių vaisių lėkštė	39407	110,00	1,10	0,44	25,74	111,32
Nesaldinta juodoji arbata	16476	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			17,19	17,00	39,73	380,65
Iš viso dienai:			46,65	33,83	116,27	956,21

3 savaitė
Ketvirtadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	38767	150,00	2,29	3,23	19,59	116,61
Plikytų ryžių plovas su vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	37367	130/70	16,25	13,93	33,89	325,94
Agurkai marinuoti	16262	70,00	0,56	0,14	1,93	11,20
Pomidorai ir paprika	16263	50,00	0,48	0,15	3,13	15,75
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Sausainiai	5010	25,00	1,88	3,88	17,00	110,38
Sezoninių vaisių lėkštė	1627	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			21,93	21,35	86,18	624,60

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtų bulvių ir varškės (9 proc. rieb.) kukuliai (tausojantis)	19159	115/50	11,56	7,72	42,8	287,16
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	1990	20,00	0,86	0,70	1,18	14,46
Pienas (2,5 proc. rieb.)	25300	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Sezoninių vaisių lėkštė	3980	100,00	0,90	0,10	11,70	51,30
Iš viso maitinimui:			16,12	11,02	60,43	405,42
Iš viso dienai:			38,05	32,37	146,62	1 030,02

3 savaitė
Penktadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	65306	150,00	3,49	3,17	12,56	92,70
Kepta su garais tilapijos file (tausojantis)	20703	70,00	17,33	9,48	3,42	168,35
Bulvių košė (tausojantis)	14155	90,00	1,91	3,15	16,11	100,41
Burokėlių salotos	72713	80,00	1,18	3,73	7,31	67,54
Agurkai marinuoti	16262	70,00	0,56	0,14	1,93	11,20
Paprikų juostelės	72717	20,00	0,18	0,04	1,34	6,44
Vanduo su citrinomis	25587	150,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Varškės sūrelis be glaisto (23 proc.rieb.)	18543	50,00	5,76	9,93	10,75	155,45
Iš viso maitinimui:			30,49	29,67	54,17	605,61

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	65307	200,00	7,80	7,47	24,57	196,69
Sezoninių vaisių lėkštė	1627	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Sausainiai	5010	25,00	1,88	3,88	17,00	110,38
Nesaldinta juodoji arbata	16476	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			10,07	11,35	51,47	348,29
Iš viso dienai:			40,56	41,01	105,64	953,90