

## Pusryčiai.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška avižinių kruopų košė su trintomis braškėmis ir sezamo sėklomis (tausojantis)	Kr011	150/10/1	7,1	4,0	23,1	157
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), fermentiniu sūriu (45%), pomidorais ir agurkais (tausojantis)	U019	20/3/7/5/5	3,3	4,6	10,9	98
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,7</b>	<b>8,9</b>	<b>44,3</b>	<b>300</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	100	1,1	1,0	5,5	36
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	115/65	19,9	7,9	34,9	291
Natūralus jogurtas 2.5%		20	0,7	0,5	0,8	11
Morkų lazdelės	D000	100	1,0	0,2	8,7	41
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	100	0,0	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>23,8</b>	<b>9,9</b>	<b>59,3</b>	<b>421</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Natūralus jogurtas (3,5%) su vyšniomis (be kauliukų) ir kriaušėmis (tausojantis)	U030	100/50/50	4,4	4,0	16,5	120
<b>Iš viso:</b>			<b>4,4</b>	<b>4,0</b>	<b>16,5</b>	<b>120</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Perlinis kuskusas su šparaginių pupelių troškiniu (tausojantis) (augalinis)	D014 Gr003	100/170	7,7	10,5	40,9	289
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,7</b>	<b>10,5</b>	<b>40,9</b>	<b>289</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,7</b>	<b>33,3</b>	<b>161,1</b>	<b>1131</b>

## Pusryčiai.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) paskaninta vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis)	Kr003	150/5/15	5,4	5,7	34,7	212
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0,0	0,0	2,8	11
<b>Iš viso:</b>			<b>5,8</b>	<b>6,1</b>	<b>47,9</b>	<b>270</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	100	2,1	1,5	8,3	55
Vištienos ir grikių troškinys su morkomis ir pomidorais (tausojantis)	P005	50/150	20,4	15,8	19,8	303
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi	S009	50	1,1	3,7	3,2	51
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.8: pomidorai, cukinijos)	D006	25/25	0,6	0,1	1,9	10
Stalo vanduo paskanintas greipfrutais	G009	100	0,0	0,0	0,5	2
<b>Iš viso:</b>			<b>24,3</b>	<b>21,0</b>	<b>33,7</b>	<b>421</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Natūralus jogurtas (3,5%) su obuoliais (tausojantis)	U032	77/58	3,5	3,2	11,2	88
Grikių trapučiai		10	1,3	0,3	7,0	36
<b>Iš viso:</b>			<b>4,7</b>	<b>3,5</b>	<b>18,2</b>	<b>124</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Morkų blynėliai su natūraliu jogurtu (2,5%) (tausojantis)	D001	100/20	9,2	9,1	32,3	248
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>12,6</b>	<b>11,6</b>	<b>37,2</b>	<b>304</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,4</b>	<b>42,2</b>	<b>137,1</b>	<b>1118</b>

## Pusryčiai.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Brinkinti griekiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr027	150	8,5	4,5	40,1	235
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,9</b>	<b>4,8</b>	<b>50,5</b>	<b>281</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis)	Sr023	100	1,5	1,1	7,4	45
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	K003	90	17,0	6,3	16,3	190
Virti miežiniai perliukai (tausojantis)	Gr005	100	3,8	0,8	26,2	127
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	45	0,6	1,8	2,8	30
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.3: ridikėliai, paprikos)	D006	30/30	0,6	0,1	3,2	16
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	G009	100	0,0	0,0	0,5	2
<b>Iš viso:</b>			<b>23,6</b>	<b>10,1</b>	<b>56,3</b>	<b>410</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su varškės užtepėle (tausojantis)	U021	20/15	3,2	1,3	11,2	69
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>6,6</b>	<b>3,8</b>	<b>16,1</b>	<b>125</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Skryliai su grietine (30%), trintomis braškėmis ir bananais (tausojantis)	M009	120/20/15/15	7,3	8,5	40,7	269
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,3</b>	<b>8,5</b>	<b>40,7</b>	<b>269</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,3</b>	<b>27,2</b>	<b>163,6</b>	<b>1084</b>

## Pusryčiai.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Šešių kruopų košė su avižų gėrimu, trintomis mėlynėmis ir saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	Kr002.1	150/15/5	5,6	4,6	34,0	200
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>5,9</b>	<b>5,0</b>	<b>44,4</b>	<b>246</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr026	100	3,3	0,4	11,4	63
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti menkių filė maltinukai (tausojantis)	Ž010	65	10,5	9,0	4,3	140
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi	S004	50	0,5	2,6	4,7	44
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.11: brokoliai, ridikėliai)	D006	20/20	0,8	0,1	1,9	12
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	100	0,0	0,0	0,1	1
<b>Iš viso:</b>			<b>18,8</b>	<b>15,4</b>	<b>49,6</b>	<b>412</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Trintas bananų ir kriaušių kokteilis (augalinis) (tausojantis)	U031	85/55	1,3	0,4	28,2	122
<b>Iš viso:</b>			<b>1,3</b>	<b>0,4</b>	<b>28,2</b>	<b>122</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Virti varškėčiai praturtinti grikių sėlenomis su natūraliu jogurtu (2.5%) paskanintu avietėmis (tausojantis)	V001	120/15/15	17,4	9,0	30,6	273
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>17,4</b>	<b>9,0</b>	<b>30,6</b>	<b>273</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>43,5</b>	<b>29,7</b>	<b>152,8</b>	<b>1053</b>

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Perlinių kruopų košė su cukinijomis, prieskoninėmis daržovėmis, kmynais ir čiobreliais (tausojantis) (augalinis)	Kr025	150	3,7	6,6	26,6	181
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su agurkų-natūralaus jogurto padažu, salotomis bei virtais kiaušiniiais (tausojantis)	U022	20/5/5/10	2,8	1,5	10,9	68
Kakava su pienu (2,5%)	G002	100	2,1	1,7	6,3	49
<b>Iš viso:</b>			<b>8,6</b>	<b>9,8</b>	<b>43,8</b>	<b>298</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	100	0,9	0,9	7,5	41
Plovav su vištiena (tausojantis)	P023	113/57	23,9	9,5	33,7	316
Plėšyti švieži salotų lapai	D000.1	20	0,3	0,1	0,5	4
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.4: agurkai, paprikos)	D006	20/20	0,4	0,1	1,8	10
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	100	0,0	0,0	0,5	2
<b>Iš viso:</b>			<b>25,5</b>	<b>10,6</b>	<b>43,9</b>	<b>373</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškės (9%) užtepėlė su natūraliu jogurtu ir žalumynais (tausojantis)	U050	20	2,5	1,4	0,8	26
Kviečių trapučiai		10	1,1	0,2	7,5	36
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>7,0</b>	<b>4,1</b>	<b>13,2</b>	<b>117</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Spelta miltų sklindžiai su obuoliais ir natūraliu jogurtu (3,5%) paskanintu trintomis braškėmis	M003	110/15/15	7,8	12,5	37,8	295
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,8</b>	<b>12,5</b>	<b>37,8</b>	<b>295</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>48,9</b>	<b>37,0</b>	<b>138,8</b>	<b>1084</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Miežinių kruopų košė su avižių gėrimu pagardinta kriaušėmis ir apelsinais (tausojantis) (augalinis)	Kr001.1	150/15/15	6,8	1,7	41,2	220
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,2</b>	<b>2,0</b>	<b>51,6</b>	<b>266</b>

## Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	100	0,9	1,0	5,6	35
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	P007	90	27,0	3,0	0,4	137
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	Gr013	100	4,2	1,0	23,1	119
Orkaitėje keptų burokėlių salotos su špinatais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (tausojantis)	S013	60	1,0	2,2	5,6	46
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.6: morkos, brokoliai)	D006	20/20	0,8	0,1	2,9	16
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	100	0,0	0,0	0,1	1
<b>Iš viso:</b>			<b>35,4</b>	<b>7,7</b>	<b>48,3</b>	<b>404</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Sr025	104/26	4,0	4,9	14,6	119
<b>Iš viso:</b>			<b>4,0</b>	<b>4,9</b>	<b>14,6</b>	<b>119</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Kukurūzų miltų blynai su obuoliais, natūralaus jogurtas (2,5%) paskanintas trintomis braškėmis	M002	130/35/20	8,6	12,6	38,1	300
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,6</b>	<b>12,6</b>	<b>38,1</b>	<b>300</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>55,1</b>	<b>27,2</b>	<b>152,6</b>	<b>1088</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kukurūzų košė su gabalėliu sviesto (82%) ir vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis)	Kr006	150/5/15	6,6	8,0	37,0	246
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>6,9</b>	<b>8,3</b>	<b>47,4</b>	<b>292</b>

## Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	100	0,9	1,5	7,3	47
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	K006	47/23	15,5	8,8	5,4	163
Žaliųjų žirnelių ir bulvių košė (tausojantis)	Gr021	55/45	4,6	1,5	16,9	99
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis	S005	55	0,7	2,9	3,3	42
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.2: agurkai, pomidorai)	D006	20/20	0,4	0,1	1,3	7
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	100	0,1	0,0	0,6	3
<b>Iš viso:</b>			<b>23,6</b>	<b>15,1</b>	<b>45,5</b>	<b>412</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieno kokteilis (2,5%) su bananais ir braškėmis (tausojantis)	U037	100/50/30	4,4	2,8	19,5	121
<b>Iš viso:</b>			<b>4,4</b>	<b>2,8</b>	<b>19,5</b>	<b>121</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškės apkepas su kriaušėmis praturtintas avižių sėlenomis ir pagardintas migdolų drožlėmis bei natūraliu jogurtu (3,5%) (tausojantis)	V011	97/17/5/1/25	16,5	12,1	19,9	255
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0,0	0,0	2,8	11
<b>Iš viso:</b>			<b>16,6</b>	<b>12,1</b>	<b>22,8</b>	<b>266</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51,5</b>	<b>38,3</b>	<b>135,2</b>	<b>1091</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta sviestu (82%) ir mėlynėmis (tausojantis)	Kr023	150/5/15	7,0	7,5	24,9	195
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,3</b>	<b>7,8</b>	<b>35,3</b>	<b>241</b>

## Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	100	1,0	1,4	5,1	37
Menkių file su cukinijomis ir pomidorais (tausojantis)	Ž006	80/20	18,2	2,5	1,5	102
Virti ryžiai su kariu (tausojantis)	Gr002	120	4,5	0,2	39,3	178
Šviežių agurkų salotos su krapais	S011	100	0,8	5,2	2,3	59
Stalo vanduo paskanintas melionais	G009	100	0,4	0,0	0,4	3
<b>Iš viso:</b>			<b>24,9</b>	<b>9,4</b>	<b>48,6</b>	<b>378</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Trintas bananų ir obuolių kokteilis (tausojantis) (augalinis)	U033	85/55	1,3	0,5	27,9	121
<b>Iš viso:</b>			<b>1,3</b>	<b>0,5</b>	<b>27,9</b>	<b>121</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Lietiniai su varškės įdaru ir natūraliu jogurtu (3,5%) pagardintu trintomis avietėmis	M010.1	80/40/15/15	11,5	10,1	26,3	242
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>14,9</b>	<b>12,6</b>	<b>31,2</b>	<b>297</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>48,4</b>	<b>30,3</b>	<b>143,0</b>	<b>1038</b>



## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška sorų kruopų košė su braškėmis, mėlynėmis ir migdolų drožlėmis (tausojantis)	Kr018	150/10/5/3	8,0	5,3	30,9	204
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,3</b>	<b>5,6</b>	<b>41,3</b>	<b>249</b>

## Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	100	1,5	1,5	11,4	65
Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai (tausojantis)	K005	60	13,8	13,7	1,0	183
Pilno grūdo makaronai (tausojantis)	Gr010	80	5,0	1,0	26,9	136
Plėšyti pekino kopūstų lapai	D000.2	20	0,2	0,0	0,6	4
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.7: morkos, paprikos)	D006	20/20	0,5	0,1	3,1	15
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis	G009	100	0,0	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>20,9</b>	<b>16,4</b>	<b>43,6</b>	<b>406</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Natūralus jogurtas (3,5%) su vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis)	U023	150/50	6,3	5,6	12,2	124
<b>Iš viso:</b>			<b>6,3</b>	<b>5,6</b>	<b>12,2</b>	<b>124</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Avinžirnių troškiny (tausojantis) (augalinis)	Kr015	180	12,3	14,7	29,3	298
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>12,3</b>	<b>14,7</b>	<b>29,3</b>	<b>298</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,8</b>	<b>42,4</b>	<b>126,4</b>	<b>1078</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Penkių rūšių kruopų košė su avižių gėrimu pagardina saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	Kr019.1	150/5	8,3	4,8	40,9	240
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,6</b>	<b>5,1</b>	<b>51,3</b>	<b>286</b>

## Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	100	3,4	1,5	11,6	74
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Bulvių plokštainis su vištiena	D010	138/37	17,5	4,4	37,1	228
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	16
Morkų lazdelės	D000	110	1,1	0,2	9,6	45
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	G009	100	0,2	0,0	0,7	4
<b>Iš viso:</b>			<b>24,6</b>	<b>7,3</b>	<b>70,8</b>	<b>417</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Avižiniai sausainiai su morkomis, sezamų sėklomis ir saulėgrąžomis (tausojantis)	U012	25/7/2/1	1,8	7,6	10,3	117
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>1,8</b>	<b>7,6</b>	<b>10,3</b>	<b>117</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Grikių paplotėliai su varške ir špinatais bei natūraliu jogurtu (2,5%) (tausojantis)	Kr010	60/52/8/30	14,5	9,6	23,0	236
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>17,9</b>	<b>12,1</b>	<b>27,9</b>	<b>292</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>53,0</b>	<b>32,0</b>	<b>160,4</b>	<b>1111</b>

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Manų kruopų košė praturtinta avių sėlenomis ir pagardinta vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis)	Kr022	150/5/15	6,1	8,7	24,8	202
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0,0	0,0	2,8	11
<b>Iš viso:</b>			<b>6,5</b>	<b>9,1</b>	<b>38,1</b>	<b>260</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	100	0,9	1,0	5,3	34
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Avinžirnių ir vištienos troškiny su pomidorais ir kepintomis prieskoninėmis daržovėmis (tausojantis)	P003	85/54/61	25,1	12,8	18,9	291
Šviežių držovių rinkinukas (Nr. 6: brokoliai, morkos)	D006	50/50	2,0	0,3	7,2	40
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	100	0,1	0,0	0,6	3
<b>Iš viso:</b>			<b>29,5</b>	<b>14,4</b>	<b>42,6</b>	<b>418</b>

## Pavakariai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškė (9%) su mėlynėmis ir bananais (tausojantis)	U035	60/15/15	10,4	5,8	7,4	123
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,4</b>	<b>5,8</b>	<b>7,4</b>	<b>123</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Troškinti kopūstai (tausojantis) (augalinis)	D015	200	3,5	10,5	18,1	181
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Gr014	120	2,4	0,1	22,0	99
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>5,9</b>	<b>10,7</b>	<b>40,1</b>	<b>280</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52,2</b>	<b>39,9</b>	<b>128,1</b>	<b>1081</b>

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Miežinių perliukų košė su braškėmis ir kriaušėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr021	150/15/15	5,9	1,3	55,8	206
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	13,0	46
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>6,2</b>	<b>1,6</b>	<b>68,8</b>	<b>251</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	100	1,9	1,0	9,3	54
Žemaičių blynai su kiauliena (tausojantis)	D011	120/40	14,1	13,9	28,0	293
Natūralus jogurtas 2,5%		20	0,7	0,5	0,8	11
Šviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S007	50	0,5	2,7	2,8	37
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.10:pomidorai, morkos)	D006	25/25	0,5	0,1	3,2	16
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	G009	100	0,0	0,0	0,9	4
<b>Iš viso:</b>			<b>17,7</b>	<b>18,1</b>	<b>45,1</b>	<b>414</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)	Sr024	112/28	4,2	5,3	14,1	120
<b>Iš viso:</b>			<b>4,2</b>	<b>5,3</b>	<b>14,1</b>	<b>120</b>

## Vakarienė .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Spelta miltų blynėliai su cukinijomis ir natūraliu jogurtu (2,5%)	M007	100/20	9,4	9,9	35,9	270
Nesaldinta arbatatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,4</b>	<b>9,9</b>	<b>35,9</b>	<b>270</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>37,4</b>	<b>34,9</b>	<b>163,9</b>	<b>1057</b>

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškės ir morkų apkepas su natūraliu jogurtu (3.5%) (tausojantis)	V013	60/50/25	13,7	14,0	18,3	254
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>14,0</b>	<b>14,3</b>	<b>28,7</b>	<b>300</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Trinta morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr033	100	0,9	3,6	7,3	65
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Jūrinių lydekų file kotletai (tausojantis)	Z013	80	11,4	1,7	10,0	101
Virti žalieji lęšiai (tausojantis)	Gr001	100	9,4	1,2	20,6	131
Daržovių salotos su saldžiąja paprika	S010	50	0,6	3,1	3,9	46
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.12: cukinijos, kalafiorai)	D006	20/20	0,7	0,1	1,6	10
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	100	0,0	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>24,4</b>	<b>10,0</b>	<b>54,5</b>	<b>406</b>

## Pavakariai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), varškės sūriu (13%) ir pomidorais (tausojantis)	U025	20/3/20/15	5,6	5,4	11,9	118
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>5,6</b>	<b>5,4</b>	<b>11,9</b>	<b>118</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pilno grūdo makaronai su troškintomis daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	Gr010 D003	100/90	7,6	5,0	41,4	241
Kefyras 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>11,0</b>	<b>7,5</b>	<b>46,3</b>	<b>297</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>55,0</b>	<b>37,3</b>	<b>141,3</b>	<b>1121</b>

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Omletas su fermentiniu (45%) sūriu (tausojantis)	Ki003	81/9	11,1	13,1	5,0	183
Viso grūdo ruginė duona		25	1,8	0,4	13,2	63
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	D000.3	30	0,3	0,1	1,2	7
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,5</b>	<b>13,9</b>	<b>29,8</b>	<b>298</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100	1,5	1,5	11,6	66
Orkaitėje keptos paukštiesios šlaunelės (tausojantis)	P025	70	16,9	10,2	0,2	160
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	Gr017	100	3,2	0,6	24,8	118
Žiedinių kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S012	50	0,8	3,6	2,1	44
Šviežių držovių rinkinukas (Nr.16: paprikos, brokoliai)	D006	20/20	0,8	0,1	2,5	14
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	G009	100	0,0	0,0	0,9	4
<b>Iš viso:</b>			<b>23,2</b>	<b>16,2</b>	<b>42,1</b>	<b>407</b>

## Pavakariai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Trintas bananų, kivių ir špinatų kokteilis (tausojantis) (augalinis)	U043	90/22/33	2,0	0,6	26,7	120
<b>Iš viso:</b>			<b>2,0</b>	<b>0,6</b>	<b>26,7</b>	<b>120</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Virtinukai su varškės įdaru, mėlynėmis ir braškėmis (tausojantis)	M013.1	135/45/25/25	12,7	5,7	36,1	246
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>16,1</b>	<b>8,2</b>	<b>41,0</b>	<b>302</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>54,9</b>	<b>38,7</b>	<b>139,6</b>	<b>1126</b>

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Perlinio kuskuso kruopų košė su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi ir žalumynais (tausojantis) (augalinis)	Kr000	150/5/2	6,4	5,8	39,3	235
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Arbatžolių arbata su citrina	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>6,7</b>	<b>6,1</b>	<b>49,7</b>	<b>281</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Trinta cukinijų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr019	100	0,8	1,4	3,4	30
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Šviežių kopūstų balandėliai įdaryti kiauliena ir ryžiais (tausojantis)	K007	100/45/15	15,4	4,5	18,8	178
Bulvių košė su ciberžole ir krapais (tausojantis)	Gr012.1	100	2,3	2,9	16,9	103
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.2: pomidorai, agurkai)	D006	65/65	1,2	0,3	4,2	24
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis	G009	100	0,0	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>21,1</b>	<b>9,4</b>	<b>54,5</b>	<b>387</b>

## Pavakariai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Sr025	104/26	4,0	4,9	14,6	119
<b>Iš viso:</b>			<b>4,0</b>	<b>4,9</b>	<b>14,6</b>	<b>119</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Bananiniai grikių ir spelta miltų blynai su natūraliu jogurtu (2,5%) ir trintomis vyšniomis (be kauliukų)	M005	100/15/10	8,3	10,2	38,5	279
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0,0	0,0	2,8	11
<b>Iš viso:</b>			<b>8,3</b>	<b>10,2</b>	<b>41,3</b>	<b>290</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,2</b>	<b>30,6</b>	<b>160,1</b>	<b>1077</b>