

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Pieniška sorų kruopų košė su vyšniomis (be kauliukų), migdolų drožlėmis ir sezamų sėklomis (tausojantis)	Kr018	200/15/3/1	10,7	7,1	41,0	271
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,1</b>	<b>7,5</b>	<b>54,0</b>	<b>328</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Avinžirnių sriuba su žalumynais (tausojantis) (augalinis)	Sr001	150	3,5	1,9	10,5	73
Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai (tausojantis)	K005	40/30	16,1	16,0	1,1	213
Virti ryžiai su kariu (tausojantis)	Gr002	120	4,5	0,2	39,3	178
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	50	0,7	2,0	3,1	33
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.2: agurkai, pomidorai)	D006	25/25	0,5	0,1	1,6	9
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	150	0,1	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>25,3</b>	<b>20,3</b>	<b>56,3</b>	<b>509</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Granolos batonėliai (tausojantis) (augalinis)	U009	25	3,4	10,7	5,9	133
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,0	0,0	4,2	17
<b>Iš viso:</b>			<b>3,4</b>	<b>10,7</b>	<b>10,1</b>	<b>151</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Spelta miltų sklandžiai su obuoliais, natūraliu jogurtu (2,5%) bei trintomis braškėmis	M003	80/15/15	5,8	9,1	28,1	217
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
<b>Iš viso:</b>			<b>10,9</b>	<b>12,9</b>	<b>35,4</b>	<b>301</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>50,7</b>	<b>51,3</b>	<b>155,8</b>	<b>1288</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Brinkinti griekiai su prieskoniškėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr027	200	11,4	6,0	53,5	313
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,8</b>	<b>6,4</b>	<b>66,5</b>	<b>371</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	150	1,4	2,3	11,0	70
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Orkaitėje kepti menkių filė paplotėliai praturtinti maistinėmis grikių sėlenomis (tausojantis)	Ž002	95/5	17,8	10,0	7,0	190
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	Gr017	120	3,9	0,7	29,8	141
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais bei paprikomis ir šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi	S002	60	1,3	1,6	3,3	33
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.6: brokoliai, morkos)	D006	25/25	1,0	0,2	3,6	20
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	150	0,1	0,0	0,2	1
<b>Iš viso:</b>			<b>26,6</b>	<b>14,9</b>	<b>63,6</b>	<b>495</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Natūralus jogurtas (2,5%) su kriaušėmis (tausojantis)	U036	166/94	6,4	4,8	19,3	146
<b>Iš viso:</b>			<b>6,4</b>	<b>4,8</b>	<b>19,3</b>	<b>146</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Daržovių lazanija su varške (tausojantis)	D002	120/30	12,0	11,6	31,2	277
Kefyras 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
<b>Iš viso:</b>			<b>17,1</b>	<b>15,4</b>	<b>38,5</b>	<b>361</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>61,8</b>	<b>41,5</b>	<b>187,9</b>	<b>1372</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Šešių rūšių kruopų košė su avių gėrimu, pagardinta trintomis avietėmis ir saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	Kr002.1	200/15/5	7,1	5,3	44,6	255
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,5</b>	<b>5,7</b>	<b>57,6</b>	<b>312</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1,3	1,3	11,2	62
Vištienos kukuliai su pupelėmis ir daržovėmis (tausojantis)	P004	59/121	21,5	13,9	18,8	286
Brinkinti griekiai (tausojantis)	Gr018	120	5,3	1,3	29,1	149
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.3: ridikėliai, paprikos)	D006	25/25	0,5	0,1	2,7	13
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	G009	150	0,1	0,0	0,5	2
<b>Iš viso:</b>			<b>28,6</b>	<b>16,7</b>	<b>62,2</b>	<b>513</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Pieno (2.5%) kokteilis su bananais ir braškėmis (tausojantis)	U037	128/64/38	5,6	3,6	24,9	155
<b>Iš viso:</b>			<b>5,6</b>	<b>3,6</b>	<b>24,9</b>	<b>155</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Spelta miltų blynai su cukinijomis ir natūraliu jogurtu (2,5%) paskanintu braškėmis ir bananais	M006	140/15/7,5/7,5	10,9	16,6	43,3	366
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,9</b>	<b>16,6</b>	<b>43,3</b>	<b>366</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52,6</b>	<b>42,7</b>	<b>188,1</b>	<b>1347</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Miežinių perliukų košė su bananais ir braškėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr021	200/15/15	7,9	1,6	57,2	275
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,3</b>	<b>2,0</b>	<b>70,2</b>	<b>333</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	150	1,3	1,5	7,9	50
Grietinėleje troškinta triušiena su daržovėmis (tausojantis)	T001	23/52/25	14,8	19,2	3,9	247
Virti rudieji lęšiai (tausojantis)	Gr001	120	11,3	1,5	24,7	157
Gūžinių kopūstų salotos su morkomis, brokoliais, džiovintomis spanguolėmis, kviečių gemalais ir moliūgų sėklomis bei šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S003	60	1,1	2,3	7,1	54
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr. 8: cukinijos, pomidorai)	D006	25/25	0,6	0,1	1,9	10
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	150	0,0	0,0	1,0	4
<b>Iš viso:</b>			<b>29,1</b>	<b>24,6</b>	<b>46,5</b>	<b>524</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Šviežiai spaustų morkų-obuolių sulčių drebučiai (tausojantis)	U011	115/115	6,5	0,7	30,7	155
<b>Iš viso:</b>			<b>6,5</b>	<b>0,7</b>	<b>30,7</b>	<b>155</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Varškės apkepas su kriaušėmis, praturtintas avižų sėlenomis ir pagardintas migdolų drožlėmis bei natūraliu jogurtu (3,5%) (tausojantis)	V011	162/18/1/25	24,3	17,7	29,4	374
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>24,3</b>	<b>17,7</b>	<b>29,4</b>	<b>374</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>68,2</b>	<b>45,1</b>	<b>176,8</b>	<b>1386</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Pieniška kukurūzų košė su šilauogėmis ir migdolų drožlėmis (tausojantis)	Kr006	200/15/5	9,7	7,7	48,6	303
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,1</b>	<b>8,1</b>	<b>61,6</b>	<b>360</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	150	2,1	1,6	14,4	81
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis (tausojantis)	K002	91/9	23,3	9,3	7,1	205
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	Gr012.2	120	2,7	3,5	19,4	120
Raudongūžių kopūstų salotos su pupelėmis, burokėliais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S006	60	1,8	1,7	8,7	57
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.5 agurkai, kalafiorai)	D006	25/25	0,8	0,1	1,7	11
Stalo vanduo paskanintas greipfutais	G009	150	0,0	0,0	0,8	3
<b>Iš viso:</b>			<b>30,7</b>	<b>16,3</b>	<b>52,0</b>	<b>477</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Trintas bananų ir kivių kokteilis (tausojantis) (augalinis)	U038	105/65	2,0	0,7	34,5	153
<b>Iš viso:</b>			<b>2,0</b>	<b>0,7</b>	<b>34,5</b>	<b>153</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Pilno grūdo makaronai su šparaginių pupelių troškiniu (tausojantis) (augalinis)	Gr010 D014	100/120	8,6	8,3	44,0	285
Kefyras 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
<b>Iš viso:</b>			<b>13,7</b>	<b>12,0</b>	<b>51,4</b>	<b>369</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>56,6</b>	<b>37,2</b>	<b>199,6</b>	<b>1359</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Omletas su fermentiniu sūriu (45%) ir žalumynais (tausojantis)	Ki003	72/8/1	9,9	11,7	4,5	163
Pjaustyti agurkai (augalinis)	D000.4	40	0,3	0,1	0,9	6
Juoda duona su saulėgrąžomis		30	2,4	2,7	12,3	83
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,0	0,0	4,2	17
<b>Iš viso:</b>			<b>13,1</b>	<b>14,9</b>	<b>34,9</b>	<b>326</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	1,3	1,5	8,5	53
Pilno grūdo ruginė duona		30	1,6	0,3	13,0	61
Avinžirnių ir vištienos troškiny su pomidorais ir kepintomis priekoninėmis daržovėmis (tausojantis)	P003	85/54/61	25,1	12,8	18,9	291
Šviežiai spaustos morkų sultys	G008	150	2,6	2,0	22,5	119
<b>Iš viso:</b>			<b>30,7</b>	<b>16,6</b>	<b>62,9</b>	<b>523</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Juodos duonos su saulėgrąžomis sumuštinis su avokadais, pomidorais, gražgarstėmis ir kanapių sėklomis (augalinis) (tausojantis)	U002	30/20/15/1,5/0,2	3,1	9,0	14,4	152
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>3,1</b>	<b>9,0</b>	<b>14,4</b>	<b>152</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Avižinių dribsnių bandelės su varške (tausojantis)	U010	49/91	17,2	15,9	17,9	284
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
<b>Iš viso:</b>			<b>22,3</b>	<b>19,7</b>	<b>25,2</b>	<b>367</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>69,3</b>	<b>60,1</b>	<b>137,5</b>	<b>1368</b>

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Pieniška ryžių košė paskaninta gabalėliu sviesto (82%) ir braškėmis (tausojantis)	Kr003	200/5/15	7,2	6,2	45,3	266
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,6</b>	<b>6,6</b>	<b>58,3</b>	<b>323</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr018	150	1,9	2,2	10,4	69
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	P007	80	24,0	2,7	0,4	122
Perlinis kuskusas (tausojantis)	Gr003	120	5,1	0,6	31,3	151
Šviežių agurkų salotos su krapais	S011	60	0,5	3,1	1,4	36
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.6 morkos, brokoliai)	D006	25/25	1,0	0,2	3,6	20
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis	G009	150	0,1	0,0	1,0	5
<b>Iš viso:</b>			<b>34,0</b>	<b>9,1</b>	<b>58,7</b>	<b>453</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Varškė (9%) su apelsiniais ir avietėmis (tausojantis)	U024.1	80/25/25	13,3	7,4	8,0	152
<b>Iš viso:</b>			<b>13,3</b>	<b>7,4</b>	<b>8,0</b>	<b>152</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Kukurūzų miltų ir bananų blynai su trintais obuoliais	M001	80/30/30	7,1	14,5	34,9	299
Natūralus jogurtas (3,5%) su kriaušėmis (tausojantis)	U036	91/39	3,2	2,4	9,6	73
<b>Iš viso:</b>			<b>10,3</b>	<b>16,9</b>	<b>44,5</b>	<b>371</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>65,2</b>	<b>40,1</b>	<b>169,5</b>	<b>1299</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Manų kruopų košė praturtinta avižių sėlenomis ir pagardinta vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis)	Kr022	200/5/15	7,8	11,5	31,4	260
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,2</b>	<b>11,9</b>	<b>44,4</b>	<b>318</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150	1,7	1,6	8,3	54
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	K004	55/75	21,3	14,1	7,9	244
Brinkinti griekiai (tausojantis)	Gr018	120	5,3	1,3	29,1	149
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.2:agurkai, pomidorai)	D006	25/25	0,5	0,1	1,6	9
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	150	0,1	0,0	1,0	5
<b>Iš viso:</b>			<b>29,9</b>	<b>17,3</b>	<b>56,5</b>	<b>501</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Trintų bananų ir mėlynių kokteilis (augalinis) (tausojantis)	U039	102/68	1,8	0,7	32,9	145
<b>Iš viso:</b>			<b>1,8</b>	<b>0,7</b>	<b>32,9</b>	<b>145</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Sorų kruopų paplotėliai su varške (0,5%) ir fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	Kr017	104/32/24	15,5	8,7	35,1	281
Agurkų-natūralaus jogurto padažas	U004	30	0,4	0,2	0,8	6
Kefyras 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
<b>Iš viso:</b>			<b>21,0</b>	<b>12,6</b>	<b>43,2</b>	<b>370</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>60,9</b>	<b>42,6</b>	<b>177,1</b>	<b>1335</b>



## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Penkių rūšių kruopų košė su avižų gėrimu, pagardinta saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	Kr019.1	200/5	10,7	5,6	54,2	310
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,1</b>	<b>6,0</b>	<b>67,2</b>	<b>367</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	5,2	2,3	17,4	111
Vištienos filė troškinta su grietinėle ir daržovėmis (tausojantis)	P002	50/30/40	15,8	12,2	4,2	190
Virti miežiniai perliukai (tausojantis)	Gr005	120	4,6	0,9	31,4	152
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.8: pomidorai, cukinijos)	D006	30/30	0,7	0,1	2,3	12
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	G009	150	0,1	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>26,3</b>	<b>15,5</b>	<b>56,0</b>	<b>469</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Kepti obuoliai įdaryti varške (tausojantis)	V010	63/42	6,8	4,3	21,1	150
<b>Iš viso:</b>			<b>6,8</b>	<b>4,3</b>	<b>21,1</b>	<b>150</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Pilno grūdo makaronai su troškintomis daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	Gr010 D003	120/100	9,0	5,7	49,0	283
Kefyras 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
<b>Iš viso:</b>			<b>14,1</b>	<b>9,4</b>	<b>56,3</b>	<b>367</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>58,3</b>	<b>35,2</b>	<b>200,6</b>	<b>1352</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Perlinio kuskuso kruopų košė su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi ir žalumynais (tausojantis) (augalinis)	Kr000	200/5/1	8,5	6,1	52,3	298
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,9</b>	<b>6,5</b>	<b>65,3</b>	<b>355</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	150	2,8	1,4	14,0	80
Orkaitėje kepti sterko file maltinukai praturtinti grikių sėlenomis (tausojantis)	Ž004	95/5	17,8	13,3	6,8	218
Žaliųjų žirnelių ir bulvių košė (tausojantis)	Gr021	66/54	5,5	1,8	20,3	119
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S008	60	0,9	3,2	5,7	55
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.9: ridikėliai, paprikos)	D006	25/25	0,6	0,2	2,6	14
Stalo vanduo paskanintas melionais	G009	150	0,5	0,0	0,6	4
<b>Iš viso:</b>			<b>28,1</b>	<b>19,9</b>	<b>50,1</b>	<b>492</b>

## Pavakariai .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Kefyras su spanguolėmis ir bananais, paraturtintas kviečių gemalais ir linų sėmenimis (tausojantis)	U005	77/14/33/4/8	5,8	4,9	21,4	153
<b>Iš viso:</b>			<b>5,8</b>	<b>4,9</b>	<b>21,4</b>	<b>153</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Spelta miltų lietiniai blynai su varškės įdaru, natūraliu jogurtu (3,5%) bei trintomis vyšniomis (be kauliukų)	M010	105/55/15/15	16,8	14,4	36,2	342
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>16,8</b>	<b>14,4</b>	<b>36,2</b>	<b>342</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>59,6</b>	<b>45,7</b>	<b>173,0</b>	<b>1342</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Pieniška avižinių kruopų košė paskaninta sviesto gabalėliu (82%), kviečių gemalais ir mėlynėmis (tausojantis)	Kr011	200/5/5/10	10,6	9,2	32,7	256
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,0</b>	<b>9,6</b>	<b>45,7</b>	<b>313</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Rūgštyniu sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr007	150	1,0	1,6	8,2	51
Avinžirnių troškiny (tausojantis)	Kr015	220	15,0	17,9	35,8	365
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. 10: morkos, pomidorai)	D006	25/25	0,5	0,1	3,2	16
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	G009	150	0,1	0,0	1,0	5
<b>Iš viso:</b>			<b>17,6</b>	<b>21,8</b>	<b>53,8</b>	<b>482</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Natūralus jogurtas (2,5%) su melionais ir avietėmis (tausojantis)	U040	100/100/50	11,1	3,1	18,6	146
<b>Iš viso:</b>			<b>11,1</b>	<b>3,1</b>	<b>18,6</b>	<b>146</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Grikių paplotėliai su varške ir špinatais bei natūraliu jogurtu (2.5%) (tausojantis)	Kr010	90/81/9/40	21,6	14,2	34,4	352
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	200	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>21,6</b>	<b>14,2</b>	<b>34,4</b>	<b>352</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>61,3</b>	<b>48,7</b>	<b>152,4</b>	<b>1293</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Omletas su avižų sėlenomis ir žalumynais (tausojantis)	Ki001	130	15,2	15,6	11,4	247
Juoda duona su saulėgrąžomis		20	1,6	1,8	8,2	55
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	D000.3	40	0,4	0,1	1,6	9
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>17,6</b>	<b>17,9</b>	<b>34,2</b>	<b>369</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	3,2	2,2	12,5	82
Troškinta jautiena su daržovėmis ir rozmarinu (tausojantis)	J003	49/61	17,2	12,5	4,1	198
Pilno grūdo makaronai (tausojantis)	Gr010	120	7,4	1,5	40,3	204
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.13: paprikos, agurkai)	D006	30/30	0,6	0,2	2,7	15
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	G009	150	0,3	0,1	1,1	6
<b>Iš viso:</b>			<b>28,7</b>	<b>16,5</b>	<b>60,7</b>	<b>506</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Trintas bananų, kriaušių ir kivių kokteilis (tausojantis) (augalinis)	U041	94/43/34	1,7	0,6	33,2	145
<b>Iš viso:</b>			<b>1,7</b>	<b>0,6</b>	<b>33,2</b>	<b>145</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Virtinukai su varškės-špinatų įdaru ir natūraliu jogurtu (2,5%) (tausojantis)	M013	165/55/40	15,3	6,9	39,3	281
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
<b>Iš viso:</b>			<b>20,4</b>	<b>10,7</b>	<b>46,6</b>	<b>364</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>68,4</b>	<b>45,7</b>	<b>174,8</b>	<b>1384</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta sviestu (82%) ir avietėmis (tausojantis)	Kr023	200/5/15	9,3	8,6	32,8	246
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,7</b>	<b>9,0</b>	<b>45,8</b>	<b>304</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	2,2	2,3	17,1	98
Troškinta kalakutienos file su morkomis ir šparaginėmis pupelėmis (tausojantis)	P015	56/35/49	19,9	12,0	7,8	219
Virti raudonieji lęšiai (tausojantis)	Gr004	120	11,7	0,5	25,7	154
Šviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S007	60	0,6	3,2	3,4	45
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis	G009	150	0,0	0,0	1,0	4
<b>Iš viso:</b>			<b>34,5</b>	<b>18,0</b>	<b>55,0</b>	<b>520</b>

## Pavakariai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Natūralus jogurtas (3,5%) su apelsiniais, granatais ir bananais (tausojantis)	U042	92/69/23/46	5,1	3,8	22,8	146
<b>Iš viso:</b>			<b>5,1</b>	<b>3,8</b>	<b>22,8</b>	<b>146</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Bolivinės balandos su vyšniomis (be kauliukų) ir graikiniais riešutais (tausojantis)	Kr008	155/30/15	9,5	12,0	43,3	319
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>12,9</b>	<b>14,5</b>	<b>48,2</b>	<b>375</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>64,3</b>	<b>42,7</b>	<b>192,6</b>	<b>1412</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Brinkinti griekiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr027	200	11,4	6,0	53,5	313
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,8</b>	<b>6,4</b>	<b>66,5</b>	<b>371</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Trinta daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr011	150	2,1	1,6	11,3	68
Orkaitėje kepti menkių file maltinukai (tausojantis)	Ž010	90	14,5	12,5	5,9	194
Virti ryžiai su kariu (tausojantis)	Gr002	120	4,5	0,2	39,3	178
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi	S009	60	1,4	4,4	3,9	61
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.11: ridikėliai, brokoliai)	D006	25/25	1,0	0,1	2,4	15
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	G009	150	0,1	0,0	1,3	6
<b>Iš viso:</b>			<b>23,6</b>	<b>18,9</b>	<b>64,2</b>	<b>521</b>

## Pavakariai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Natūralaus jogurto (3,5%) desertas su ispaninio šalavijo sėklomis (chia), braškėmis ir šilauogėmis (tausojantis)	U003	140/8/36/16	7,5	7,9	10,7	144
<b>Iš viso:</b>			<b>7,5</b>	<b>7,9</b>	<b>10,7</b>	<b>144</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Varškės ir morkų apkepas su natūraliu jogurtu (3.5%) (tausojantis)	V013	104/36/30	17,3	17,8	23,2	322
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,0	0,0	4,2	17,2
<b>Iš viso:</b>			<b>17,4</b>	<b>17,8</b>	<b>27,4</b>	<b>339</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>60,2</b>	<b>51,0</b>	<b>168,7</b>	<b>1375</b>

## Pusryčiai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Perlinių kruopų košė su cukinijomis, prieskoninėmis daržovėmis, kmynais ir čiobreliais (tausojantis) (augalinis)	Kr025	200	5,0	8,9	35,5	242
Kvietiniai trapučiai		20	2,2	0,3	15,0	72
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,6</b>	<b>9,6</b>	<b>63,5</b>	<b>371</b>

## Pietūs .....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150	1,6	2,1	7,6	56
Kapotos vištienos kepsniukai	P019	90	18,7	8,0	4,4	165
Virtos bolivinės balandos su sviestu (82%) (tausojantis)	Gr009	114/6	5,1	7,1	23,1	177
Daržovių salotos su saldžiąja paprika	S010	60	0,7	3,7	4,6	55
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.12: cukinijos, kalafiorai)	D006	25/25	0,9	0,1	2,0	13
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	150	0,0	0,0	1,0	4
<b>Iš viso:</b>			<b>27,1</b>	<b>21,1</b>	<b>42,7</b>	<b>469</b>

## Pavakariai..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Moliūgų - bananų pyragas (tausojantis)	U029	40/40	3,0	5,9	21,0	149
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>3,0</b>	<b>5,9</b>	<b>21,0</b>	<b>149</b>

## Vakarienė..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Spelta miltų lietiniai blynai įdaryti bananais su natūraliu jogurtu (3,5%) pagardintu trintomis braškėmis	M012	91/39/15/15	7,9	8,9	43,1	284
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
<b>Iš viso:</b>			<b>13,0</b>	<b>12,6</b>	<b>50,5</b>	<b>367</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>50,6</b>	<b>49,2</b>	<b>177,8</b>	<b>1357</b>