

„DAINORÉLIAI“

apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

(nurodyti dienų skaičių)

(murdyti vaikų amžiaus grupę)



Director

L. J. B. Baker, Esq.



1. savaitė - Pirmadienis

Prisrvečini 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pieniška sūrų krūopų košė su uogomis ir riešutais (tausojantis) (augalinis)	Kr018	200/15/5	10,8	8,0	40,6	177
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			11,2	8,5	56,2	346

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Avižnių sriuba su žalumynais (tausojantis) (augalinis)	S:001	150	3,5	1,9	10,5	73
Narūtelės kalakutienos maltinukas su kviečių sėlenomis (tausojantis)	P016	64/6	17,1	5,1	4,8	135
Virti ryžiai su kariu (tausojantis)	Gr002	120	4,5	0,2	39,3	178
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S004	50	0,5	2,6	4,7	44
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	0,5	2,6	4,7	44
Varšuo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,1	0,0	0,7	3,2
		Iš viso:	26,2	12,5	64,6	475

Vakariene 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebumai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	
Varškės (9%) ir morkų apkepas su natūraliu jogurtu (3.5%)	V013	113/37/30	18,5	19,0	24,8	344
Nesaldinta arbatžolė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			18,5	19,0	24,8	344
Iš viso (dienos ravinio):			56,0	39,9	145,5	1165

Pastaba: vaisinį, uogienį ir daržovės, kaip priedai prie patiekalo, parenkami pagal sezoną



Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta gahaliu sviesto (82%) ir bananais (tausojantis)	K003	200/5/30	9,5	8,6	37,8	267
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			10,0	9,1	53,4	335



Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1,3	1,3	11,2	62
Kiaulienos gūlašas (tausojantis)	K006	65/35	22,2	12,6	7,7	233
Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010	100	6,2	1,2	33,6	170
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	50/50	2,0	0,3	7,2	40
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žaliuynais)	G009	150	0,1	0,0	0,2	1
Iš viso:			31,8	15,5	59,9	506

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Skryliai su grietine (30%) ir uogomis (tausojantis)	M009	150/15/30	8,7	7,7	47,8	296
Pienas 2.5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			13,8	11,5	55,2	379
Iš viso (dienos davinio):			55,5	36,0	168,5	1220

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną



1 savaitė: Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Mamų kruopų košė praturtinta avižių sėlenomis ir pagardinta uogomis (tausojantis)	Kr022	200/5/15	7,9	11,5	31,4	261
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			8,3	12,0	47,0	329

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Zirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	5,2	2,3	17,4	111
Višienos ir grikių troškinyvas su morkomis ir pomidorais (tausojantis)	P005	57/173	23,5	18,1	22,8	348
Barokėliu ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių	S009	60	1,4	4,4	3,9	61
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	27,5/27,5	0,6	0,1	3,5	17
Vanduo (paskarintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,1	0,0	0,3	2
Iš viso:			30,7	25,0	47,9	539

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Morkų blynėliai su natūraliu jogurtu (2.5%) (tausojantis)	D001	120/30	11,2	11,1	39,0	301
Kefyras 2.5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			16,3	14,8	46,4	385
Iš viso (dienos racionas):			55,3	51,8	141,3	1253

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną.

*Sezono metu





Pusryčiai 08:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pieniška saldainių košė su kokosų drožlėmis ir uogomis (tausojantis)	Kr006	200/5/15	9,0	8,3	50,2	311
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	62
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			9,5	8,7	65,8	380

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	150	1,3	1,5	7,9	51
Jūros lydekų file kotletai (tausojantis)	Ž013	100	14,3	2,1	12,5	126
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	150	3,4	4,4	25,0	153
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir šalto spaudinto alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S008	110	1,6	5,8	10,5	100
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,0	0,0	0,8	3
Iš viso:			20,6	13,8	56,6	434

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)	Sr024	112/38	4,5	5,7	15,1	129
Skrebutis pieno ir kiaušinių plakinyje (tausojantis)	U018	60	6,1	3,9	33,0	191
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			10,5	9,6	48,1	320
Iš viso (dienos davinio):			40,6	32,1	170,4	1134

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Ovulatas su avižų sėlenomis ir žalumynais (tausojantis)	Ki001	90/10	11,7	12,0	8,8	190
Pilno grūdų ruginė duona		40	2,2	0,4	17,3	81
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	30/30	0,6	0,1	2,5	13
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,0	0,0	4,2	17
Iš viso:			15,0	13,0	48,4	371

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Trinta morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	S:033	150	1,3	5,4	10,9	98
Jautienos kukuliai kepti garuose (tausojantis)	J004	90	18,6	9,8	8,5	196
Vietos perlinės kruopos (tausojantis)	Gr017	150	4,8	0,9	37,2	177
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	60/60	1,1	0,2	3,8	22
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,0	0,0	1,0	4
Iš viso:			25,9	16,4	61,4	497

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Sparaginių pupelių troškinyje (tausojantis) (augalinis)	D014	120	2,4	7,1	10,5	115
Pilno grūdų makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010	100	6,2	1,2	33,6	120
Kefyras 2.5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			13,7	12,0	51,4	319
Iš viso (dienos davinio):			54,6	41,4	161,2	1236

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną



Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr001	200/5	10,5	7,0	55,9	320
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	1,0	0,4	14,6	67
Nesaldinta arbatžolė arbata	G003	0	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	11,5	7,4	68,6	387

Pierūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr026	150	5,0	0,7	17,1	95
Kisulienos maltinis (tausojantis)	K003	90	17,0	6,3	16,3	190
Virtos bulgur kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr006	150	5,3	4,8	32,4	195
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	60	0,8	2,4	3,7	40
Sviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	30/30	0,7	0,1	2,3	12
Vanduo (paskamintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,1	0,0	0,7	3
		Iš viso:	28,8	14,3	72,6	535

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai praturtinti grikių sėlenomis su natūraliu jogurtu ir uogomis (tausojantis)	V001	157/3/15/15	23,0	11,8	40,0	358
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	23,0	11,8	40,0	358
		Iš viso (dienos davinio):	63,3	33,5	181,1	1280

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) paskaninta uogomis (tausojančis)	Kr003	200/5/30	7,3	6,4	47,5	277
Sezoninių vaisių lėkštė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			7,8	6,8	63,1	345

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Daržovių sriuba (tausojančis) (augalinis)	Sr010	150	1,7	1,6	8,3	54
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Šuoninė vištienos filė su sezamo sėklų padažu (tausojančis)	P010	64/16	21,9	9,1	2,6	180
Brinkinti griekiai (tausojančis) (augalinis)	Gr018	120	5,3	1,3	29,1	149
Orkaitėje keptų burokėlių salotos su špinatais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S013	50	0,8	1,8	4,7	38
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	0,8	0,1	1,7	11
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žaliuotynais)	G009	120	0,1	0,0	0,4	2
Iš viso:			31,9	14,2	57,3	484

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Spelta miltų sklandžiai su obuoliais, natūraliu jogurtu (2.5%) ir trintomis uogomis	M003	100/15/15	7,1	11,3	34,6	268
Pienas 2.5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			12,2	15,0	41,9	352
Iš viso (dienos davinio):			51,9	36,1	162,3	1181

Pastabai: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną



Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Valandiniai (tausojantis)	Ki002	70	8,6	8,2	0,5	130
Juoda duona su saulėgrąžomis		30	2,4	2,7	12,3	83
Piaustyti pomidorai	D000.3	30	0,3	0,1	1,2	7
Agurku-natūralaus jogurto (2,5%) padažas (tausojantis)	U004	20	0,2	0,1	0,5	3
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	1,0	0,4	14,6	67
Nesaldinta vaisinė arbata	G002	150	0	0	0	0
Iš viso:			12,6	11,5	29,2	271

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Rūgštybių sriuba (tausojantis) (augalinis)	S:007	150	1,0	1,6	8,2	51
Grietinė 30%		8	0,2	2,4	0,2	23
Pilno grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Kopūstų - kiaulienos kukuliai (tausojantis) (Karališki balandėliai)	K007	86/34	11,6	3,4	14,1	133
Žaliųjų žirnėlių ir bulvių košė (tausojantis)	Gr021	150	6,9	2,2	25,4	149
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	67.5/67.5	1,4	0,5	6,0	34
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,1	0,0	0,7	3
Iš viso:			23,3	10,5	70,5	469

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Avižinių dribsnių bandelė su varške (tausojantis)	U010	44/36	14,5	13,4	15,1	239
Pienas 2.5%		200	6,8	5,0	9,8	111
Iš viso:			21,3	18,4	24,9	351
Iš viso (dienos davinio):			57,2	40,5	124,5	1090

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną



2 savaitė - Kęvėrudienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Penkių rūšių kruopų košė su avių gėrimu, pagardinta saulėgrąžomis (tausojantis)(augalinis)	Kr019.1	200/5	10,7	5,6	54,2	310
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			11,2	6,1	69,8	378

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	150	2,1	1,6	14,4	81
Orkaitėje kepti menkių filė maistui (tausojantis)	Z010	80	12,9	11,1	5,3	172
Virti rudieji ryžai (tausojantis) (augalinis)	Gr007	120	6,2	0,9	38,0	184
Gūžinių kopūstų salotos su morkomis, brokoliais, džiovintomis spanguolėmis, kviečių gemalais ir moliūgų sėklomis bei šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S003	50	0,6	3,1	3,9	46
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	0,9	0,1	2,0	13
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabalukais arba žalumynais)	G009	150	0,0	0,0	1,0	4
Iš viso:			22,7	16,8	64,5	499

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Mieiniai blynai su natūraliu jogurtu (2,5%) ir uogomis	M004	100/15/15	7,7	14,0	38,9	313
Pienas 2.5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			12,8	17,7	46,2	396
Iš viso (dienos davinio):			46,7	40,6	180,5	1274

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną



Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pertimo kuskuso kruopų košė su baltu spaudimo alyvuogių aliejumi ir žaliuynais (tausojantis) (augalinis)	Kr000	200/5/2	8,6	6,1	52,4	298
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			9,0	6,5	68,0	367

Pierūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150	2,3	2,3	17,4	99
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Bulvių plaukštainis su vištiena	D010	150/50	20,0	5,1	33,7	260
Natūralus jogurtas 2.5%		30	1,0	0,8	1,3	16
Šviežiai spaustos morkų sultys	G008	150	2,6	2,0	22,5	119
Iš viso:			26,9	10,3	83,5	534

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Sorų kruopų paplotėliai su varške (0.5%), fermentiniu sūriu (45%) ir natūraliu jogurtu (2.5%) (tausojantis)	Kr017	114/30/16/30	16,5	9,5	36,3	296
Kefyras 2.5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			21,6	13,2	43,7	379
Iš viso (dienos davinio):			57,5	30,1	195,2	1280

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

*Sezono metu



2 savaitė - Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pieniška avižinių kruopų košė paskaninta sviesto gabalėliu (82%), kviečių gemalais ir uogomis (tausojantis)	Kr011	200/5/5/15	10,6	9,2	33,3	258
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			11,1	9,7	48,9	327

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Kogėstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	1,3	1,5	8,5	53
Žuvies (menkių filė) maltiniai (tausojantis)	Z011	100	14,9	9,9	2,0	156
Virti žalieji/rudieji lėkšiai (tausojantis) (augalinis)	Gr001	150	14,1	1,8	30,9	197
Šviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejus užpilu	Sc07	50	0,5	2,7	2,8	38
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	0,5	0,1	3,2	16
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,1	0,0	1,0	5
Iš viso:			31,4	16,0	48,4	463

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pilno grūdų makaronai su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	Gr010 D003	120/120	9,3	6,5	50,7	299
Kefyras 2.5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			14,4	10,3	58,1	382
Iš viso (dienos davinio):			57,0	36,0	155,3	1172



Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną



Pusryčiai 08:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Brinkinių grūdų kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	Kr014	179/13/6	7,3	6,1	38,7	243
Sezoninių vaisių įdėklė		120	0,5	0,5	15,6	
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,0	0,0	4,2	17
Iš viso:			7,8	6,6	58,5	326

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Rvšių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr013	150	1,6	2,1	13,3	79
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinukas praturintas kviečių sėlenomis (tausojantis)	K002	91/9	23,3	9,3	7,1	205
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	Gr012.2	120/30	3,3	4,4	24,2	150
Pekino kopūstai su pomidorais, paprikomis, agurkai ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	75	0,8	4,9	2,7	58
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	1,0	0,2	3,6	20
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,1	0,0	0,3	2
Iš viso:			30,1	20,9	51,3	513

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Lietiniai blynai su varškės įdaru ir natūraliu jogurtu (2.5%) pagardintu trintomis uogomis	M010.1	100/50/30/15	14,6	12,6	32,9	304
Pienas 2.5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			19,7	16,4	40,2	388
Iš viso (dienos davinio):			57,6	43,9	150,0	1227

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną



1 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Omletas su fermentiniu (45%) sūriu (tausojantis)	KI003	90/10	12,4	14,6	5,5	203
Pomidorų padažas		15	0,3	0,0	3,5	15
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Šviežių daržovių rinkinukas	D006	30	0,3	0,1	1,0	5
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			14,8	15,4	36,1	343

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis)	S:023	150	2,2	1,7	11,0	68
Avinžirnių ir vištienos troškinyje su pomidorais ir keptomis prieskoninėmis daržovėmis (tausojantis)	P003	105/68/75	31,4	16,0	23,7	364
Daržovių salotos su saldžiąja paprika	S010	75	0,9	4,7	5,8	69
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	0,5	0,1	2,0	11
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba šalutynais)	G009	150	0,0	0,0	1,0	4
Iš viso:			35,1	22,4	43,5	516

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Virtinukai su varškės įdaru, natūraliu jogurtu (2,5%) ir trintomis uogomis (tausojantis)	M013.1	135/45/30/15	13,5	6,2	33,9	246
Natūralus jogurtas (2,5%) su uogomis ir bananais (tausojantis)	U006	150	3,3	2,2	15,5	95
Iš viso:			16,8	8,4	49,4	341
Iš viso (dienos davinio):			66,7	46,2	129,0	1198

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną





savivaldybės Kėdainiai

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Sešis raudoni kruopų košė su avižų gėrimu, trintomis uogomis ir sušaldžiomis (tausojantis) (augalinis)	K-002.1	200/15/5	7,1	5,3	44,5	255
Sezoninių vaisių lėštelė		120	1,2	2,8	14,0	86
Nesaldinta arbatžolų arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			8,3	8,1	58,5	341



Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Trinta batatai ir morkų sriuba (tausojantis)	S-028	150	1,8	8,0	11,1	123
Troškinta kalakutienos file su morkomis ir šparaginėmis papulėmis (tausojantis)	P015	40/25/35	14,2	8,6	5,6	156
Virti mėsainiai perliukai (tausojantis) (augalinis)	G-005	150	5,7	1,2	39,2	191
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejus užpilu	S009	55	1,3	4,1	3,5	56
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	35/35	1,4	0,2	3,4	21
Vanduo (paskamintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,1	0,0	1,0	5
Iš viso:			24,5	22,0	63,8	551

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu (45%) ir žalumynais	U026	20/3/10/15/3	6,0	5,2	11,7	118
Moliūgų - bananų pyragas (tausojantis) *	U029	60	2,2	4,4	15,8	112
Pienas 2.5%		200	6,8	5,0	9,8	111
Iš viso:			15,0	14,6	37,3	342
Iš viso (dienos davinio):			47,8	44,8	159,5	1233

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

*Keičiama pagal sezoniškumą



3 savaitė - penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Perlinių kopūstų košė su cukinijomis, prieskoniais daržovėmis, kumysais ir čiobreliais (tausojantis) (augalinis)	Kr025	200	5,0	8,9	35,5	242
Sezoninių vaisių lėkštelė		120	0,5	0,5	15,6	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			5,4	9,3	51,1	311

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	3,2	2,2	12,5	82
Orkaitėje kepti jautienos-kiaulienos kukuliai (tausojantis)	K005	41/34	17,2	17,2	1,2	228
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	Gr002.1	120	4,5	0,2	39,2	176
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	50/50	1,1	0,4	4,5	25
Vanduo (paskanintas vaisių/daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	150	0,2	0,0	0,2	2
Iš viso:			26,1	19,9	57,5	514

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Orkaitėje kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis)	V003	135/25	21,8	13,4	32,6	338
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	16
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			22,8	14,1	33,8	354
Iš viso (dienos davinio):			54,4	43,4	142,4	1178

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

