

## Druskininkų lopšelis - darželis „Žibutė“

Vytauto g. 24A, Druskininkai

(įstaigos pavadinimas, adresas)

### 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-6

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 07:30 iki 18:00 val.

Druskininkų lopšelis - darželis „Žibutė" (Dokumentas: (Naujas) 4-6 m. valgiaraštis (Šiltasis sezonas))

Direktorė , Rasa Vaisietienė

**1 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	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-05	200.00	7.79	5.16	41.99	246
Trinta varškytė su jogurtu ir uogomis ( <b>P, Br</b> ) <sup>*</sup>	U-51	60.00	6.67	3.80	5.39	82
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			14.46	9.10	54.31	357

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su daržovėmis (tausojantis) ( <b>SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	Sr-65	150.00	6.45	4.48	19.64	145
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Maltas kalakutienos kepsnys (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-285	70.00	13.13	7.06	6.41	142
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	70.00	2.22	0.11	19.27	87
Pomidorų salotos (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-16	30.00	0.43	2.46	1.48	30
Agurkas (augalinis)	SAL-10	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.30	1
Iš viso:			24.68	14.96	61.40	479

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-19	120.00	8.08	7.93	46.62	290
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.83	8
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	80.00	0.00	0.16	7.92	33
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			8.85	8.71	57.08	342
Iš viso (dienos davinio):			47.99	32.77	172.79	1178

**\* Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai

**1 Savaitė, Antradienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> )*	KOŠ-02	180.00	11.20	5.44	31.19	219
Viso grūdo batonas su sviestu ir virta dešra ( <b>G, P, SA, GA</b> )*	UŽK-5	42.00	3.24	4.92	14.03	113
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			14.44	10.56	55.12	373

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> )*	ŽIB-SR-418	150.00	3.73	3.39	20.23	126
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> )*	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> )*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Vištienos kumpelių mėsos kepsnys kukurūzų miltuose (tausojantis) ( <b>K, P</b> )*	KR-051	80.00	17.33	8.56	6.76	173
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> )*	GAR-10	80.00	1.67	1.73	15.15	83
Morkų salotos su česnakais (augalinis) ( <b>Mor</b> )*	SAL-7	40.00	0.48	2.08	3.87	36
Agurkas (augalinis)	SAL-10	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Pomidoras (augalinis) ( <b>Pom</b> )*	SAL-12	30.00	0.30	0.06	1.23	7
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> )*	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			25.71	18.03	60.11	506

**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 (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> )*	K-26	130.00	16.27	8.12	33.43	272
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> )*	PAD-1	20.00	0.48	6.00	0.62	58
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> )*	UŽK-03	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			16.75	14.32	43.95	372
Iš viso (dienos davinio):			56.90	42.91	159.18	1251

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, GA - Garstyčios ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai

**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	
Avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-09	180.00	7.31	6.96	32.47	222
Viso grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-4	42.00	4.42	5.34	13.66	120
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			11.73	12.44	53.06	371

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-8	150.00	2.48	4.02	9.81	85
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garintas kiaulienos ir jautienos maltinukas (tausojantis) ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>	K-1048	70.00	16.60	9.59	6.43	178
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	70.00	4.91	0.78	15.20	87
Garintas brokolis (augalinis, tausojantis)	GAR-3	30.00	0.80	0.14	0.28	6
Morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-20	30.00	0.30	0.06	2.61	12
Kopūstų salotos (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-4	30.00	0.44	1.26	2.71	24
Vanduo su apelsinu	ŽIB-GĖR-5	150.00	0.03	0.01	0.36	2
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			27.36	16.69	58.93	495

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Naminis kibinas su kiauliena (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-1024	100.00	12.35	19.13	44.27	399
Agurkas (augalinis)	SAL-10	50.00	0.40	0.10	1.15	7
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			12.75	19.23	45.42	406
Iš viso (dienos davinio):			51.84	48.36	157.41	1272

<sup>\*</sup> **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai

**1 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	200.00	7.08	5.00	35.27	214
Sūrio lazdelė ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-16	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			12.42	9.36	45.24	315

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis). ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-107	150.00	2.88	1.33	11.43	69
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Kiauliena su ryžiais (tausojantis) ( <b>Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	K-59	140.00	20.06	9.42	20.36	246
Agurkas (augalinis)	SAL-10	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, ridikėliais ir svogūnų laiškais (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-22	30.00	0.39	2.48	1.36	29
Natūralios obuolių sultys ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	GĖR-8	150.00	0.15	0.15	15.00	62
Iš viso:			25.91	14.22	62.45	481

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su vištiena (tausojantis) ( <b>G, P, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	K-48	160.00	12.26	7.68	38.25	271
Tarkuotas fermentinis sūris ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	K-853	10.00	2.70	2.60	0.00	34
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			14.96	10.48	48.15	347
Iš viso (dienos davinio):			53.29	34.06	155.84	1143

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai

**1 Savaitė, Penktadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
5 grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-01	180.00	6.71	5.04	32.86	204
Jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-9	125.00	3.50	3.13	11.38	88
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	10.00	0.07	0.03	1.22	5
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			10.28	8.40	55.36	338

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų sriuba (tausojantis) ( <b>G, SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-42	150.00	3.68	4.95	13.27	112
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Kepta lašišos filė (tausojantis) ( <b>Ž</b> ) <sup>*</sup>	Kr-8	70.00	16.81	14.24	0.76	198
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	80.00	1.88	2.05	13.57	80
Pomidoras (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-12	30.00	0.30	0.06	1.23	7
Agurkas (augalinis)	SAL-10	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-3	50.00	0.84	2.56	5.01	46
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			25.70	24.57	50.11	524

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) . ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-308	120.00	19.61	14.20	20.05	286
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.83	8
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			20.38	15.02	32.49	347
Iš viso (dienos davinio):			56.36	47.99	137.96	1209

**\* Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai

**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	
Sorų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> )*	KOŠ-07	180.00	7.20	5.77	34.90	220
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> )*	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.83	8
Viso grūdo batonas su trinta varške ( <b>G, P</b> )*	U-12	35.00	2.67	1.36	14.36	80
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> )*	UŽK-03	60.00	0.00	0.12	5.94	25
Iš viso:			9.98	7.30	57.03	334

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis) ( <b>G, SA, Mor</b> )*	ŽIB-SR-14	150.00	2.54	3.41	19.77	120
Viso grūdo duona ( <b>G</b> )*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Vištienos blauzdelės be odos (tausojantis)	Kr-2	120.00	16.07	7.26	4.16	146
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	80.00	2.53	0.12	22.03	99
Agurkas (augalinis)	SAL-10	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Pjaustyta cukinija (augalinis)	SAL-13	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Lapinės salotos su ridikėliais, agurkais ir grietine ( <b>P</b> )*	SAL-33	30.00	0.46	0.97	1.09	15
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> )*	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			24.04	12.70	70.68	493

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Dešrelės (tausojantis) ( <b>P</b> )*	K_12	60.00	4.74	14.88	3.18	166
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	70.00	4.91	0.78	15.20	87
Pomidorų padažas ( <b>Pom</b> )*	PAD-5	20.00	0.24	0.00	5.60	23
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> )*	SAL-11	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> )*	SAL-20	20.00	0.20	0.04	1.74	8
Natūralios obuolių sultys ( <b>O</b> )*	GĖR-8	150.00	0.15	0.15	15.00	62
Iš viso:			10.50	15.95	42.04	354
Iš viso (dienos davinio):			44.52	35.95	169.75	1181

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai

**2 Savaitė, Antradienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-20	100.00	12.76	14.05	3.82	193
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	30.00	2.16	0.75	13.95	71
Agurkas (augalinis)	SAL-10	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	150.00	0.00	0.30	14.85	62
Iš viso:			15.16	15.16	33.31	330

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai su kiaušiniu (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-39	150.00	5.21	4.91	10.96	109
Troškinta vištiena (tausojantis) ( <b>G, P, SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	K-108	80.00	17.00	10.12	2.56	169
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-10	150.00	3.12	3.25	28.40	155
Morkų, obuolių salotos (augalinis) ( <b>O, Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-15	50.00	0.26	4.09	4.66	56
Garintos daržovės (augalinis, tausojantis)	GAR-5	30.00	0.61	0.20	1.48	10
Pomidoras (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-12	30.00	0.30	0.06	1.23	7
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.30	1
Iš viso:			26.52	22.64	49.59	508

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kefyriniai blynėliai ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-16	120.00	8.48	11.62	52.98	350
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.14	0.06	2.44	11
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0.00	0.10	4.95	21
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			8.62	11.78	60.37	382
Iš viso (dienos davinio):			50.30	49.58	143.27	1221

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai



**2 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	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (tausojantis) <b>(P)</b> *	KOŠ-03	200.00	3.77	5.36	32.19	192
Trintų uogų užpilas (augalinis) <b>(Br)</b> *	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.83	8
Trinta varškytė su bananu <b>(P)</b> *	U-54	60.00	5.87	3.32	5.81	77
Viso grūdo batonas <b>(G)</b> *	UŽK_16	20.00	0.96	0.40	11.80	55
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	80.00	0.00	0.16	7.92	33
Iš viso:			10.71	9.29	59.55	365

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su daržovėmis (tausojantis) <b>(SA, Mor)</b> *	ŽIB-SR-077	150.00	2.57	3.42	10.74	84
Grietinė 30 % riebumo <b>(P)</b> *	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona <b>(G)</b> *	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garintas kiaulienos maltinukas (tausojantis) <b>(G, K, P)</b> *	K-8	70.00	15.52	7.04	3.93	141
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	70.00	4.91	0.78	15.20	87
Agurkų ir ridikelių salotos (augalinis)	Sal-55	30.00	0.41	2.46	1.26	29
Garintos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)	SAL-17	30.00	0.66	0.10	2.51	14
Pomidoras (augalinis) <b>(Pom)</b> *	SAL-12	30.00	0.30	0.06	1.23	7
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			26.44	16.01	50.61	452

**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 (tausojantis) <b>(G, K, P)</b> *	K-26	130.00	16.27	8.12	33.43	272
Grietinė 30 % riebumo <b>(P)</b> *	PAD-1	20.00	0.48	6.00	0.62	58
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) <b>(O)</b> *	UŽK-03	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			16.75	14.32	43.95	372
Iš viso (dienos davinio):			53.90	39.62	154.11	1189

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai

**2 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Spelta kviečių dribsnių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-08	200.00	7.55	4.79	37.19	222
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.83	8
Sūrio lazdelė ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-16	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			13.00	9.20	48.99	331

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-22	150.00	4.14	4.95	13.55	115
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Makaronai su malta jautiena (tausojantis) ( <b>G, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	K-9	140.00	14.80	8.60	37.32	286
Tarkuotas fermentinis sūris ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	K-853	10.00	2.70	2.60	0.00	34
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-26	30.00	0.30	0.36	2.61	15
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Kopūstų salotos (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-4	40.00	0.59	1.68	3.61	32
Vanduo su apelsinu	ŽIB-GĖR-5	150.00	0.03	0.01	0.36	2
Iš viso:			24.75	18.98	71.06	554

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Konvekciniėje krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	K-17	160.00	3.95	6.85	34.96	217
Pomidorų padažas ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	PAD-5	20.00	0.24	0.00	5.60	23
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	80.00	0.00	0.16	7.92	33
Kefyras 2,5%rieb. ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GĖR-5	150.00	5.10	3.75	7.35	84
Iš viso:			9.29	10.76	55.83	357
Iš viso (dienos davinio):			47.04	38.94	175.88	1242

**\* Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai

**2 Savaitė, Penktadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	200.00	7.08	5.00	35.27	214
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-8	48.00	4.54	5.43	10.20	108
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			11.62	10.63	55.37	364

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis) ( <b>SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-20	150.00	7.05	3.84	20.34	144
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Kepta menkės filė (tausojantis) ( <b>Ž, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-118a	70.00	15.22	4.44	7.35	130
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	70.00	1.65	1.80	11.88	70
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	30.00	0.87	0.18	6.60	32
Agurkas (augalinis)	SAL-10	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Burokėlių salotos žirneliais (augalinis,tausojantis)	SAL-2	40.00	0.87	2.45	4.24	42
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			27.74	13.42	63.12	484

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	K-22	150.00	5.40	4.23	22.05	148
Bandelė ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-14	60.00	4.80	3.84	37.20	203
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0.00	0.10	4.95	21
Iš viso:			10.20	8.17	64.20	371
Iš viso (dienos davinio):			49.56	32.22	182.69	1219

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai

**3 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	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-05	180.00	7.01	4.64	37.79	221
Viso grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-4	44.00	4.63	5.59	14.31	126
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	60.00	0.00	0.12	5.94	25
Iš viso:			11.64	10.35	58.04	372

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Brokolių, žiedinių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis) ( <b>SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	Sr-84	150.00	1.73	2.22	9.27	64
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garintas kalakutienos kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-28	80.00	15.81	6.05	4.05	134
Virti makaronai (tausojantis) ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	GAR-8	80.00	3.53	0.40	25.20	119
Pjaustyta cukinija (augalinis)	SAL-13	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-20	30.00	0.30	0.06	2.61	12
Kopūstų salotos su agurku, ridikėliais ir svogūnų laiškais, (augalinis)	SAL-32	40.00	0.58	2.47	1.88	32
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			24.38	13.38	59.77	457

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) . ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-308	120.00	19.61	14.20	20.05	286
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.83	8
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			20.38	15.02	32.49	347
Iš viso (dienos davinio):			56.40	38.75	150.30	1176

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai

**3 Savaitė, Antradienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_06	180.00	5.92	4.66	37.91	217
Viso grūdo batonas su lydytu sūreliu ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-15	32.00	2.19	2.47	13.96	87
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	60.00	0.00	0.12	5.94	25
Iš viso:			8.11	7.25	57.81	329

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių, pomidorų sriuba su jautienos kukuliais (tausojantis) ( <b>Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-7	150.00	6.26	5.54	13.61	129
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Bulvių plokštainis su kiauliena ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-1	130.00	8.22	7.16	29.68	216
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	25.00	0.60	7.50	0.78	73
Agurkas (augalinis)	SAL-10	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Pomidoras (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-12	40.00	0.40	0.08	1.64	9
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			17.64	21.01	58.65	494

**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 (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-26	130.00	16.27	8.12	33.43	272
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	20.00	0.48	6.00	0.62	58
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			16.75	14.32	43.95	372
Iš viso (dienos davinio):			42.50	42.58	160.41	1195

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai

**3 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	
Grikių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ-02	200.00	12.44	6.04	34.65	243
Sūrio lazdelė (P)*	UŽK-16	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) (O)*	UŽK-03	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			17.78	10.40	44.62	343

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis) (SA, Mor, Pom)*	ŽIB-SR-8	150.00	2.48	4.02	9.81	85
Viso grūdo duona (G)*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Vištienos filė kepsnys kukurūzų miltuose (tausojantis) (K, P)*	KR-057	70.00	19.54	4.30	5.06	137
Bešamelio padažas (tausojantis) (G, P)*	Pad-2	15.00	0.51	0.83	1.16	14
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	70.00	2.22	0.11	19.27	87
Morkų salotos su česnaku (augalinis) (Mor)*	SAL-7	40.00	0.48	2.08	3.87	36
Paprikos lazdelės (augalinis) (Pap)*	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Garintos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)	SAL-17	30.00	0.66	0.10	2.51	14
Natūralios obuolių sultys (O)*	GĖR-8	150.00	0.15	0.15	15.00	62
Iš viso:			28.23	12.37	70.29	505

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai (G, K, P)*	K-19	120.00	8.08	7.93	46.62	290
Trintų uogų užpilas (augalinis) (Br)*	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.83	8
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-3	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			8.85	8.69	56.09	338
Iš viso (dienos davinio):			54.86	31.46	171.00	1187

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai

**3 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-101	100.00	10.00	12.32	3.72	166
Viso grūdo duona su sviestu ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-3	28.00	1.82	3.11	11.65	82
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Pomidoras (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-12	20.00	0.20	0.04	0.82	4
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	150.00	0.00	0.30	14.85	62
Iš viso:			12.28	15.87	32.36	321

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-418	150.00	3.73	3.39	20.23	126
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Maltas kiaulienos balandėlis su kopūstu (tausojantis) ( <b>K, Mor</b> ) <sup>*</sup>	K-1074	70.00	15.74	4.53	6.98	132
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	80.00	1.88	2.05	13.57	80
Lapinės salotos su ridikėliais, agurkais ir grietine ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	SAL-33	30.00	0.46	0.97	1.09	15
Agurkas (augalinis)	SAL-10	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	30.00	0.87	0.18	6.60	32
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			24.88	13.33	61.34	465

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-110	120.00	18.79	14.42	23.24	298
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.83	8
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	15.00	0.66	0.57	0.71	11
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	90.00	0.00	0.18	8.91	37
Stalo vanduo	ŽIB-GĖR-12	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			19.56	15.22	34.69	354
Iš viso (dienos davinio):			56.72	44.42	128.39	1140

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai

**3 Savaitė, Penktadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	200.00	7.08	5.00	35.27	214
Jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-9	125.00	3.50	3.13	11.38	88
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	10.00	0.07	0.03	1.22	5
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			10.65	8.30	54.80	337

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai su kiaušiniu (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-39	150.00	5.21	4.91	10.96	109
Garinti lydekos kukuliai (tausojantis) ( <b>G, K, Mor</b> ) <sup>*</sup>	K-1133	70.00	13.54	5.63	6.98	133
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-10	140.00	2.92	3.03	26.51	145
Garintas žiedinis kopūstas (augalinis, tausojantis)	GAR-34	30.00	0.83	0.10	1.49	10
Morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-20	40.00	0.40	0.08	3.48	16
Burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintu agurku (augalinis,tausojantis)	SAL-1	30.00	1.03	1.87	3.80	36
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			24.08	15.64	57.17	466

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	K-109	200.00	6.88	5.25	27.24	184
Keptas sumuštinis su fermentiniu sūriu ir virta dešra (tausojantis) ( <b>G, P, SA, GA, Pom</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-13	55.00	6.28	5.69	16.53	142
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			13.16	11.14	53.67	368
Iš viso (dienos davinio):			47.89	35.08	165.64	1170

**\* Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, GA - Garstyčios ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai