

## Druskininkų lopšelis - darželis „Žibutė“

Vytauto g. 24A, Druskininkai

(įstaigos pavadinimas, adresas)

### 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 07:30 iki 18:00 val.

**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	
Grikių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ-02	150.00	9.74	6.65	27.21	208
Sūrio lazdelė (P)*	UŽK-16	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Obuoliai (augalinis) (O)*	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			15.08	10.91	32.23	287

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su daržovėmis (tausojantis)(augalinis) (Mor, Pom, SA)*	ŽIB-SR-366	150.00	1.45	2.85	11.8	79
Viso grūdo duona (G, Kv)*	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Kalakutiena su ryžiais (tausojantis) (Mor, Pom)*	K-5	150.00	19.43	7.53	18.68	220
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) (Mor)*	SAL-26	30.00	0.3	0.36	2.61	15
Agurkas marinuotas (augalinis)	SaI-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Kopūstų salotos (augalinis) (Mor)*	SAL-4	30.00	0.44	1.26	2.71	24
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.3	1
Iš viso:			23.32	12.57	46.09	391

**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) (G, K, Kv, P)*	K-26	120.00	15.02	7.49	30.86	251
Trintų uogų užpilas (augalinis) (Br)*	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.05	8.41	39.27	297
Iš viso (dienos davinio):			54.45	31.89	117.59	975

\* **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, Kv - Kviečiai ir jų produktai

**1 Savaitė, Antradienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiaga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-098	150.00	7.01	8.06	30.75	224
Trinta varškytė su bananu ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	U-54	50.00	5.2	2.94	6.75	74
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Kakava su pienu be cukraus ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Gėr-551	100.00	1.98	1.54	3.05	34
Iš viso:			14.19	12.64	45.5	353

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiaga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis) ( <b>Mor, SA</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-1	150.00	1.62	2.17	12.37	75
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Natūraliai kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis) ( <b>Vš</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-KR-022	70.00	18.52	8.46	2.3	159
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	70.00	1.65	2.28	11.91	75
Garintos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)	SAL-17	30.00	0.66	0.4	2.51	16
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-3	30.00	0.5	1.54	3.01	28
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Iš viso:			24.82	15.62	48.72	435

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiaga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Naminis kibinas su kiauliena (tausojantis) ( <b>G, K, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	K-1024	60.00	7.61	11.63	26.86	243
Agurkas marinuotas (augalinis)	Sal-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.85	11.79	32.5	268
Iš viso (dienos davinio):			46.86	40.05	126.72	1055

**\* 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, Pap - Paprikos ir jų produktai, Kv - Kviečiai ir jų produktai, VŠ - Vištiena ir jos 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	
Manų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis) ( <b>G, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	130.00	4.83	4.74	24.11	158
Viso grūdo batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu ( <b>G, KP, P, PP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-45	48.00	6.62	8.18	14.77	159
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.45	13.02	43.83	338

**Pietūs 11:30 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)(augalinis) ( <b>Mor, SA</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-077	150.00	1.38	2.05	10.4	66
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Makaronai su jautiena ir sūriu (tausojantis) ( <b>G, Kv, P, Pom</b> ) <sup>*</sup>	KR-232I	100.00	9.39	10.39	21.24	216
Agurkas marinuotas (augalinis)	Sal-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Garinti bruselio kopūstai (tausojantis, augalinis)	GAR-094	30.00	1.2	0.6	1.29	15
Morkų salotos su česnaku (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-7	30.00	0.36	2.45	2.9	35
Vanduo su apelsinu	ŽIB-GĖR-5	150.00	0.03	0.01	0.36	2
Iš viso:			14.04	16.06	46.18	385

**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	140.00	3.45	6	30.58	190
Pomidorų padažas ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	PAD-5	20.00	0.24	0	5.6	23
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0	0.14	6.93	29
Kefyras 2,5% rieš. ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GĖR-5	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Iš viso:			7.09	8.64	48.01	298
Iš viso (dienos davinio):			32.58	37.72	138.02	1022

<sup>\*</sup> **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, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai 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	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-05	130.00	5.42	5.24	29.02	185
Viso grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu ( <b>G, KP, P, PP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-4	48.00	5.24	5.58	15.49	133
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.66	10.92	49.46	339

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis) ( <b>Mor, SA</b> ) <sup>*</sup>	Sr-6	150.00	2.06	2.89	12.93	86
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi ( <b>G, KP, PP</b> ) <sup>*</sup>	Už-963	10.00	0.6	0.44	7.19	35
Maltas vištienos filė kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, KP, PP, Vš</b> ) <sup>*</sup>	K-151	60.00	16.45	4.12	7.34	132
Virtos perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (tausojantis, augalinis) ( <b>G, Mor</b> ) <sup>*</sup>	Gar-51	60.00	2.16	2.44	18.06	103
Pomidoras (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-12	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Pekino kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais (augalinis)	SAL-224	30.00	0.46	2.5	2.13	33
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.3	1
Iš viso:			22.92	12.64	55.78	429

**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, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	K-308	100.00	16.4	11.83	17.06	240
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0	0.14	6.93	29
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.55	12.03	26.51	281
Iš viso (dienos davinio):			50.13	35.59	131.75	1048

**\* 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, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai ir jų produktai, Vš - Vištiena ir jos 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	
Omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-20	80.00	9.98	9.73	3.29	141
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Sal-5	20.00	0.98	0.04	3.16	17
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	70.00	0	0.14	6.93	29
Kakava su pienu be cukraus ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Gėr-551	150.00	2.97	2.31	4.58	51
Iš viso:			15.37	12.72	27.26	285

**Pietūs 11:30 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>Mor, SA</b> ) <sup>*</sup>	Sr-84	150.00	1.45	1.94	8.03	55
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Orkaitėje kepta lašišos filė (tausojantis) ( <b>Ž</b> ) <sup>*</sup>	Kr-81	60.00	14.41	12.2	0.65	170
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	60.00	1.9	0.09	16.52	74
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Troškintos daržovės (augalinis, tausojantis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	GAR-5	30.00	0.49	0.61	1.18	12
Burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintu agurku (augalinis, tausojantis)	SAL-1	30.00	1.09	2.12	4.19	40
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			21.32	17.63	45.8	427

**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, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	K-19	100.00	6.74	7.61	38.86	251
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.77	8.53	47.27	297
Iš viso (dienos davinio):			44.46	38.88	120.33	1009

\* **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, Pap - Paprikos ir jų produktai, Kv - Kviečiai ir jų produktai

**2 Savaitė, Pirmadienis**

**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, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	150.00	5.57	5.47	27.82	183
Jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-9	125.00	3.5	3.13	11.38	88
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.22	8.76	46.67	302

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su daržovėmis (augalinis, tausojantis) ( <b>Mor, Pap, Pom, SA</b> ) <sup>*</sup>	Sr-55	150.00	1.75	2.55	12.97	82
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Garintas vištienos kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, KP, PP, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	K-15	60.00	11.69	6.58	5.3	127
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	60.00	4.21	0.67	13.03	75
Pjaustyta cukinija (augalinis)	SAL-13	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Raugintų kopūstų salotos (augalinis)	SAL-9	30.00	0.25	1.51	1.34	20
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.3	1
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	80.00	0	0.16	7.92	33
Iš viso:			20.11	12.16	53.16	403

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai ( <b>G, K, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	K-110	100.00	15.73	12.03	20.12	252
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	80.00	0	0.16	7.92	33
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.76	13.01	31.5	310
Iš viso (dienos davinio):			46.09	33.93	131.33	1015

\* **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, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai ir jų produktai, VŠ - Vištiena ir jos 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	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ-03	150.00	2.91	4.1	25.53	151
Trintų uogų užpilas (augalinis) (Br)*	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu (G, K, Kv, P)*	UŽK-8	53.00	4.9	5.56	12.53	120
Obuoliai (augalinis) (O)*	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.96	9.82	45.53	302

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų sriuba su daržovėmis (tausojantis)(augalinis) (G, Mor, SA)*	ŽIB-SR-4299	150.00	2.12	3.26	12.66	88
Viso grūdo duona (G, Kv)*	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Bulvių plokštainis su kiauliena (G, K, Kv, P)*	K-1	100.00	6.94	5.51	28.01	189
Grietinė 30 % riebumo (padažui) (P)*	PAD-12	20.00	0.48	6	0.62	58
Kefyras 2,5%rieb. (P)*	GĖR-5	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) (Mor)*	SAL-26	40.00	0.4	0.48	3.48	20
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Iš viso:			14.78	18.35	63.92	480

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Blynėliai su bananais (G, K, Kv, P)*	KR-26	100.00	6.6	7.74	39.53	254
Trintų uogų užpilas (augalinis) (Br)*	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.63	8.66	47.94	300
Iš viso (dienos davinio):			30.37	36.83	157.39	1083

\* **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, Kv - Kviečiai ir jų produktai

**2 Savaitė, Trečiadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, 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	150.00	5.82	6.77	28.4	198
Grūdėta varškė, 7 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-55	50.00	8	4.5	1.75	80
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.89	8
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.93	11.52	41.94	327

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis) ( <b>Mor, Pom, SA</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-418	150.00	2.77	2.67	14.38	93
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Troškintas kiaulienos maltinukas su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis) ( <b>K, Mor, P, Pom</b> ) <sup>*</sup>	Kr-886	60.00	13.13	10.48	5.51	169
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	60.00	1.9	0.09	16.52	74
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-26	30.00	0.3	0.36	2.61	15
Pekino kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais (augalinis)	SAL-224	30.00	0.46	2.5	2.13	33
Vanduo su apelsinu	ŽIB-GĖR-5	150.00	0.03	0.01	0.36	2
Iš viso:			20.42	16.76	52.79	444

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su vištiena ir sūriu (tausojantis) ( <b>G, Kv, Mor, P, Pom, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	KR-1151	120.00	12.67	9.92	26.93	248
Pomidoras (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-12	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Agurkas marinuotas (augalinis)	Sal-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.21	10.14	33.8	279
Iš viso (dienos davinio):			47.56	38.42	128.53	1050

\* **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, Kv - Kviečiai ir jų produktai, VŠ - Vištiena ir jos 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	
Ryžių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_06	120.00	4.22	4.5	26.94	165
Viso grūdo batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu ( <b>G, KP, P, PP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-45	48.00	6.62	8.18	14.77	159
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.84	12.78	46.66	345

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopos (augalinis, tausojantis) ( <b>G, Mor, SA</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-24	150.00	2.17	2.17	16.88	96
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Troškinta vištiena su daržovėmis (tausojantis) ( <b>Mor, P, Pap, SA, Vš</b> ) <sup>*</sup>	Kr-99	90.00	16.75	9.85	3.27	169
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	60.00	1.41	1.95	10.21	64
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-26	30.00	0.3	0.36	2.61	15
Agurkas marinuotas (augalinis)	Sal-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Kopūstų salotos (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-4	30.00	0.44	1.26	2.71	24
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.3	1
Iš viso:			22.77	16.16	45.97	420

**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, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	K-26	120.00	15.02	7.49	30.86	251
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0	0.14	6.93	29
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.05	8.45	41.25	305
Iš viso (dienos davinio):			49.66	37.39	133.88	1071

**\* 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, Pap - Paprikos ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai ir jų produktai, Vš - Vištiena ir jos produktai

**2 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	
Spelta kviečių dribsnių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-08	150.00	5.98	3.7	29.41	175
Trinta varškytė su trintomis uogomis ( <b>Br, P</b> ) <sup>*</sup>	U-548	70.00	7.18	4.11	6.21	91
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.16	8.01	45.52	307

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių trinta sriuba (tausojantis, augalinis) ( <b>Mor, SA</b> ) <sup>*</sup>	SR-034	150.00	3.25	2.83	13	90
Skrebučiai su česnakiniu aliejumi ( <b>G, KP, PP</b> ) <sup>*</sup>	Už-963	10.00	0.6	0.44	7.19	35
Garinti menkės kukuliai (tausojantis) ( <b>G, K, KP, Mor, PP, Ž</b> ) <sup>*</sup>	K-11	60.00	11.53	3.65	5.16	100
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis) ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	GAR-8	60.00	2.65	0.3	18.9	89
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Sal-5	30.00	1.47	0.06	4.74	25
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-3	30.00	0.5	1.54	3.01	28
Vanduo su apelsinu	ŽIB-GĖR-5	150.00	0.03	0.01	0.36	2
Iš viso:			20.9	9.01	58.96	401

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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	5.4	4.23	22.05	148
Karštas sumuštinis su fermentiniu sūriu (tausojantis) ( <b>G, KP, P, Pom, PP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-138	56.00	8.28	7.26	16.15	163
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Iš viso:			13.68	11.59	43.15	332
Iš viso (dienos davinio):			47.74	28.61	147.63	1039

<sup>\*</sup> **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, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai 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	
Avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-09	120.00	5.1	4.74	22.73	154
Viso grūdo batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu ( <b>G, KP, P, PP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-45	48.00	6.62	8.18	14.77	159
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.72	13.02	42.45	334

**Pietūs 11:30 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 ir ryžiais (tausojantis) (augalinis) ( <b>Mor, Pom, SA</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-177	150.00	2.17	0.22	16.01	75
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Garintas vištienos kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, KP, PP, Vš</b> ) <sup>*</sup>	K-15	60.00	11.69	6.58	5.3	127
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	60.00	1.9	0.09	16.52	74
Troškintos daržovės (augalinis, tausojantis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	GAR-5	30.00	0.49	0.61	1.18	12
Agurkas marinuotas (augalinis)	SAL-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Morkų salotos su česnaku (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-7	30.00	0.36	2.45	2.9	35
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.3	1
Iš viso:			18.31	10.62	57.15	397

**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 ir sūriu (tausojantis) ( <b>G, Kv, Mor, P, Pom, Vš</b> ) <sup>*</sup>	KR-1151	120.00	12.67	9.92	26.93	248
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.93	10.35	40.46	311
Iš viso (dienos davinio):			43.96	33.99	140.06	1042

**\* 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, Pap - Paprikos ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai ir jų produktai, Vš - Vištiena ir jos produktai

**3 Savaitė, Antradienis**

**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, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	150.00	5.57	5.47	27.82	183
Traputis ryžių	UŽK-20	10.00	0.7	0.1	7.8	35
Trinta varškytė su bananu ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	U-54	50.00	5.2	2.94	6.75	74
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.47	8.61	47.32	313

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raudonųjų lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) ( <b>Mor, Pom, SA</b> ) <sup>*</sup>	Sr-5	150.00	6.14	4.37	21.53	150
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Garintas kiaulienos ir jautienos maltinukas (tausojantis) ( <b>G, K, KP, Mor, PP</b> ) <sup>*</sup>	K-1048	60.00	13.05	7.36	4.72	137
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	60.00	4.21	0.67	13.03	75
Pjaustyta cukinija (augalinis)	SAL-13	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-26	30.00	0.3	0.36	2.61	15
Gūžinės salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis ir porais (augalinis) ( <b>Pap, Pom</b> ) <sup>*</sup>	Sal-51	30.00	0.39	1.35	1.18	18
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			25.93	14.66	53.78	451

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) ( <b>G, K, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	K-308	100.00	16.4	11.83	17.06	240
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.43	12.85	30.42	307
Iš viso (dienos davinio):			54.83	36.12	131.52	1070

**\* 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, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai 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	
Omletas (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-101	80.00	8.33	10.1	3.45	138
Viso grūdo duona su sviestu ( <b>G, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-3	28.00	1.82	3.11	11.65	82
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Sal-5	20.00	0.98	0.04	3.16	17
Natūralios obuolių sultys ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	GĖR-8	150.00	0.15	0.15	15	62
Iš viso:			11.28	13.4	33.26	299

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis) ( <b>Mor, SA</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-204	150.00	3.49	2.06	14.87	92
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Garintas kalakutienos kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, KP, PP</b> ) <sup>*</sup>	K-28	70.00	15.41	5.56	4.15	128
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	60.00	1.41	1.95	10.21	64
Garintas žiedinis kopūstas (augalinis, tausojantis)	GAR-34	30.00	0.83	0.7	1.49	16
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	30.00	0.87	0.18	6.6	32
Pekino kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais (augalinis)	SAL-224	30.00	0.46	2.5	2.13	33
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.3	1
Iš viso:			23.93	13.46	49.05	413

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai ( <b>G, K, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	Kar-88	100.00	7.7	8.27	44.21	282
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.89	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	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.47	9.09	56.71	343
Iš viso (dienos davinio):			43.68	35.95	139.02	1054

\* **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, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai 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	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-05	150.00	6.25	6.05	33.48	213
Grūdėta varškė, 7 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-55	50.00	8	4.5	1.75	80
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	15.00	0.11	0.05	1.89	8
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	80.00	0	0.16	7.92	33
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			14.36	10.76	45.04	334

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir daržovėmis (tausojantis, augalinis) ( <b>Mor, Pom, SA</b> ) <sup>*</sup>	SR-55a	150.00	1.57	3.14	11.85	82
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Maltas vištienos filė kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, KP, PP, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	K-151	60.00	16.45	4.12	7.34	132
Bulvių - morkų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>Mor, P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-24	60.00	1.22	2.8	8.29	63
Pjaustyta cukinija (augalinis)	SAL-13	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Garintos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)	SAL-17	30.00	0.66	0.4	2.51	16
Raugintų kopūstų salotos (augalinis)	SAL-9	40.00	0.34	2.02	1.78	27
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.3	1
Iš viso:			22.06	13.02	42.39	375

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės - bulvių kukulaičiai (tausojantis) ( <b>G, K, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	Kr-6	100.00	8.78	6.76	30.82	219
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	20.00	0.48	6	0.62	58
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	70.00	0	0.14	6.93	29
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.26	12.9	38.37	307
Iš viso (dienos davinio):			45.68	36.68	125.8	1016

**\* 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, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai ir jų produktai, VŠ - Vištiena ir jos produktai

**3 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	150.00	5.82	6.77	28.4	198
Viso grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu ( <b>G, KP, P, PP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-4	48.00	5.24	5.58	15.49	133
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0	0.1	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.06	12.45	48.84	352

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis) ( <b>Mor, SA</b> ) <sup>*</sup>	Sr-6	150.00	2.06	2.89	12.93	86
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Žuvies apkepas su daržovėmis (lydeka) (tausojantis) ( <b>G, K, Kv, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	Kr-55	70.00	11.87	5.21	6.16	119
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	60.00	1.9	0.09	16.52	74
Garintas brokolis (augalinis, tausojantis)	GAR-3	30.00	0.76	0.43	0.27	8
Agurkas marinuotas (augalinis)	Sal-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Burokėlių salotos žirneliais (augalinis,tausojantis)	SAL-2	30.00	0.65	1.84	3.18	32
Vanduo su apelsinu	ŽIB-GĖR-5	150.00	0.03	0.01	0.36	2
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Iš viso:			18.95	11.13	54.36	393

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis) ( <b>G, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	K-21	150.00	4.71	5.21	21.14	150
Sausainiai ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	Už-55	30.00	2.94	8.24	12.74	137
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Iš viso:			7.65	13.55	38.83	308
Iš viso (dienos davinio):			37.66	37.13	142.03	1053

**\* 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, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų, Kv - Kviečiai ir jų produktai