

# 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.

**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) ( <b>P</b> )*	KOŠ-02	180.00	11.69	7.98	32.65	249
Sūrio lazdelė ( <b>P</b> )*	UŽK-16	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> )*	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:			17.03	12.34	42.62	350

**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) ( <b>Mor, Pom, SA</b> )*	ŽIB-SR-366	150.00	1.45	2.85	11.8	79
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> )*	UŽK_04	25.00	1.8	0.63	11.63	59
Kalakutiena su ryžiais (tausojantis) ( <b>Mor, Pom</b> )*	K-5	180.00	23.32	9.03	22.42	264
Morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> )*	SAL-20	30.00	0.3	0.06	2.61	12
Agurkas marinuotas (augalinis)	SaI-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Kopūstų salotos (augalinis) ( <b>Mor</b> )*	SAL-4	40.00	0.59	1.68	3.61	32
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.3	1
Iš viso:			27.72	14.32	53.06	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, Kv, P</b> )*	K-26	140.00	17.53	8.74	36.01	293
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> )*	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> )*	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:			18.56	9.7	46.4	347
Iš viso (dienos davinio):			63.31	36.36	142.08	1149

\* **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.	Išėiga, 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	60.00	6.24	3.52	8.09	89
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	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:			16.22	14.03	50.35	393

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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	25.00	1.8	0.63	11.63	59
Natūraliai kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis) ( <b>Vš</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-KR-022	80.00	21.16	9.67	2.63	182
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	80.00	1.88	2.6	13.61	85
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:			28.05	17.28	53.08	480

**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, Kv, P</b> ) <sup>*</sup>	K-1024	80.00	10.15	15.5	35.81	323
Agurkas marinuotas (augalinis)	Sal-559	30.00	0.24	0.06	0.69	4
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:			10.39	15.76	46.4	369
Iš viso (dienos davinio):			54.66	47.07	149.83	1242

\* **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	150.00	5.57	5.47	27.82	183
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.19	13.85	52.49	383

**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	25.00	1.8	0.63	11.63	59
Makaronai su jautiena ir sūriu (tausojantis) ( <b>G, Kv, P, Pom</b> ) <sup>*</sup>	KR-232I	150.00	14.08	15.59	31.86	324
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:			19.09	21.39	59.13	505

**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	34.95	217
Pomidorų padažas ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	PAD-5	20.00	0.24	0	5.6	23
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0	0.2	9.9	41
Kefyras 2,5% riebus ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GĖR-5	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			9.29	10.8	57.8	366
Iš viso (dienos davinio):			40.57	46.04	169.42	1254

\* **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	150.00	6.25	6.05	33.48	213
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.49	11.83	58.87	388

**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
Kepta vištienos krūtinėlė ( <b>K, P, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	KR-05555	80.00	20.54	7.23	9.89	187
Virtos perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (tausojantis, augalinis) ( <b>G, Mor</b> ) <sup>*</sup>	Gar-51	80.00	2.88	3.25	24.08	137
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:			27.73	16.56	64.35	517

**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	120.00	19.68	14.2	20.47	288
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			19.83	14.46	32.89	341
Iš viso (dienos davinio):			59.05	42.85	156.11	1246

**\* 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	100.00	12.47	12.16	4.11	176
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	120.00	0	0.24	11.88	50
Kakava su pienu be cukraus ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	Gėr-551	150.00	2.97	2.31	4.58	51
Iš viso:			17.86	15.25	33.03	341

**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	70.00	16.81	14.24	0.76	198
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	80.00	2.53	0.12	22.03	99
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:			24.35	19.7	51.42	480

**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	120.00	8.09	9.13	46.63	301
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.12	10.15	59.99	368
Iš viso (dienos davinio):			51.33	45.1	144.44	1189

\* **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> )*	KOŠ_04	150.00	5.57	5.47	27.82	183
Jogurtas ( <b>P</b> )*	UŽK-9	125.00	3.5	3.13	11.38	88
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> )*	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	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:			9.22	8.86	51.62	323

**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> )*	Sr-55	150.00	1.75	2.55	12.97	82
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> )*	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Garintas vištienos kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, KP, PP, VŠ</b> )*	K-15	80.00	15.59	8.77	7.07	170
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	80.00	5.62	0.9	17.37	100
Pjaustyta cukinija (augalinis)	SAL-13	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> )*	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> )*	UŽK-03	100.00	0	0.2	9.9	41
Iš viso:			25.42	14.62	61.25	478

**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> )*	K-110	120.00	18.88	14.44	24.14	302
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> )*	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> )*	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:			19.91	15.46	37.5	369
Iš viso (dienos davinio):			54.55	38.94	150.37	1170

\* **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	170.00	3.3	4.65	28.93	171
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.35	10.47	53.88	343

**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	130.00	9.02	7.17	36.41	246
Grietinė 30 % riebumo (padažui) (P)*	PAD-12	20.00	0.48	6	0.62	58
Kefyras 2,5%rieb. (P)*	GĖR-5	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Morkų lazdelės (augalinis) (Mor)*	SAL-20	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Iš viso:			18.56	20.86	74.77	561

**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	120.00	7.92	9.29	47.44	305
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.95	10.31	60.8	372
Iš viso (dienos davinio):			35.86	41.64	189.45	1276

\* **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.	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	170.00	6.6	7.67	32.19	224
Grūdėta varškė, 7 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-55	70.00	11.2	6.3	2.45	111
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.95	14.23	47.06	388

**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 pupelėmis (tausojantis) (augalinis) ( <b>Mor, Pom, SA</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-418	150.00	2.77	2.67	14.38	93
Višo 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	80.00	17.51	13.98	7.35	225
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	80.00	2.53	0.12	22.03	99
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-20	30.00	0.3	0.06	2.61	12
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:			25.43	19.99	60.14	522

**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	150.00	15.84	12.4	33.66	310
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.38	12.72	45.48	362
Iš viso (dienos davinio):			59.76	46.94	152.68	1272

\* **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> )*	KOŠ_06	150.00	5.27	5.62	33.68	206
Viso grūdo batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu ( <b>G, KP, P, PP</b> )*	UŽK-45	48.00	6.62	8.18	14.77	159
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> )*	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:			11.89	14	58.35	407

**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> )*	ŽIB-SR-24	150.00	2.17	2.17	16.88	96
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> )*	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Troškinta vištiena su daržovėmis (tausojantis) ( <b>Mor, P, Pap, SA, Vš</b> )*	Kr-99	110.00	20.47	12.04	4	206
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> )*	GAR-2	80.00	1.88	2.6	13.61	85
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> )*	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> )*	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:			26.96	19	50.1	479

**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> )*	K-26	140.00	17.53	8.74	36.01	293
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> )*	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> )*	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:			18.56	9.76	49.37	360
Iš viso (dienos davinio):			57.41	42.76	157.82	1246

\* **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	180.00	7.18	4.44	35.29	210
Trinta varškytė su trintomis uogomis ( <b>Br, P</b> ) <sup>*</sup>	U-548	80.00	8.2	4.7	7.1	104
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:			15.38	9.34	52.29	355

**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
Kepta menkės filė (tausojantis) ( <b>K, P, Ž</b> ) <sup>*</sup>	K-118a	80.00	14.59	5.28	13.24	159
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis) ( <b>G, Kv</b> ) <sup>*</sup>	GAR-8	70.00	3.09	0.35	22.05	104
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:			24.4	10.69	70.19	475

**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	200.00	7.2	5.64	29.4	197
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:			15.48	13	50.5	381
Iš viso (dienos davinio):			55.26	33.03	172.98	1210

**\* 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	150.00	6.37	5.93	28.41	192
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	70.00	0	0.14	6.93	29
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.99	14.25	50.11	381

**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	80.00	15.59	8.77	7.07	170
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	70.00	2.22	0.11	19.27	87
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:			22.53	12.83	61.67	452

**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	150.00	15.84	12.4	33.66	310
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.1	12.93	52.14	393
Iš viso (dienos davinio):			52.62	40.01	163.92	1226

\* **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.	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> )*	KOŠ_04	170.00	6.31	6.2	31.53	207
Traputis ryžių	UŽK-20	10.00	0.7	0.1	7.8	35
Trinta varškytė su bananu ( <b>P</b> )*	U-54	70.00	7.28	4.11	9.44	104
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> )*	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:			14.29	10.61	58.67	387

**Pietūs 11:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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> )*	Sr-5	150.00	6.14	4.37	21.53	150
Viso grūdo duona ( <b>G, Kv</b> )*	UŽK_04	20.00	1.44	0.5	9.3	47
Garintas kiaulienos ir jautienos maltinukas (tausojantis) ( <b>G, K, KP, Mor, PP</b> )*	K-1048	70.00	15.22	8.59	5.51	160
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	70.00	4.91	0.78	15.2	87
Pjaustyta cukinija (augalinis)	SAL-13	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> )*	SAL-20	30.00	0.3	0.06	2.61	12
Gūžinės salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis ir porais (augalinis) ( <b>Pap, Pom</b> )*	Sal-51	30.00	0.39	1.35	1.18	18
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> )*	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			28.8	15.7	56.74	483

**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> )*	K-308	120.00	19.68	14.2	20.47	288
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> )*	PAD-2	20.00	0.15	0.06	2.52	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> )*	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:			20.71	15.22	33.83	355
Iš viso (dienos davinio):			63.8	41.53	149.24	1226

\* **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	100.00	10.41	12.62	4.31	172
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:			13.36	15.92	34.12	333

**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	80.00	17.61	6.36	4.75	147
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	80.00	1.88	2.6	13.61	85
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:			26.6	14.91	53.05	453

**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	120.00	9.24	9.92	53.05	338
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:			10.27	10.94	66.41	405
Iš viso (dienos davinio):			50.23	41.77	153.58	1191

\* **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	180.00	7.5	7.26	40.18	256
Grūdėta varškė, 7 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-55	70.00	11.2	6.3	2.45	111
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:			18.81	13.77	52.44	409

**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
Kepta vištienos krūtinėlė ( <b>K, P, VŠ</b> ) <sup>*</sup>	KR-05555	80.00	20.54	7.23	9.89	187
Bulvių - morkų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>Mor, P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-24	80.00	1.63	3.73	11.05	84
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:			26.56	17.06	47.7	451

**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	130.00	11.41	8.79	40.07	285
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.89	14.99	50.59	385
Iš viso (dienos davinio):			57.26	45.82	150.73	1244

\* **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, 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	170.00	6.6	7.67	32.19	224
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	80.00	0	0.16	7.92	33
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.84	13.41	55.6	390

**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	90.00	15.26	6.7	7.92	153
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	80.00	2.53	0.12	22.03	99
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	100.00	0	0.2	9.9	41
Iš viso:			22.97	12.75	66.58	473

**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	40.00	3.92	10.98	16.98	182
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0	0.1	4.95	21
Iš viso:			8.63	16.29	43.07	353
Iš viso (dienos davinio):			43.44	42.45	165.25	1217

**\* 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