

Tvirtinu:

Direktorius

**I savaitė
Pirmadienis****Pusryčiai 07.30-9.00 val.**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	3-7/5M	200	6,77	6,22	28,02	195,12
	Fermentinis sūris (45% rieb.), sviestas (82% rieb.), batonas su sėlenomis	14-8/1	15/5/25	5,95	8,26	13,91	153,72
	Nesaldinta arbata	15-5/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			12,72	14,48	41,93	348,84

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	1-9/1M	150	1,25	3,11	10,73	75,86
I-IIvar.	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Konvekcinėje krosnelėje keptas varškės (9% rieb.) pudingas, uogienė (tausojantis)	6-4/4	150/20	18,54	10,40	38,57	322,05
IIvar.	Šutintos daržovės (morkos, pomidorai, salierai) su baltosiomis pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	4-35/1	150	10,31	7,48	37,63	259,03
IIvar.	Virti griekiai	3-1/1Md	120	3,30	2,45	21,30	120,45
Ivar.	Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys.) *	2-60/1M	80	1,38	0,10	6,36	31,86
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	23,3	17,0	79,9
				II var.	17,0	16,4	93,9

Patiekalai skirti pardavimui**

	Kiaulienos troškiny ("Čilė") (Tausojantis)	10-42	140	22,17	8,51	6,65	191,85
	Kiaulienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	10-24/d	150	22,04	20,13	6,08	293,62
	Kiaulienos maltinis su kopūstais, ryžiais ir padažu (Tausojantis)	10-1/1	100/30	17,49	12,04	16,03	242,45
	Kiaulienos karbonadas (tausojantis)	10-26	100	23,45	17,51	5,80	274,55
	Mieliniai blynai su sėlenomis, grietinė	5-3/1	120/25	9,63	15,01	44,54	351,79

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

* Šviežių daržovių rinkinuke daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniskumą.

Tvirtinu:
Direktorius

I savaitė
Antradienis

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Varškė (9%rieb.) su trintomis uogomis ir grietine (30%rieb.)	16-2/1M	80/30/25	14,23	14,73	8,46	223,29
	Vaisius *	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
	Batonas su sėlenomis	14-70/1d	40	3,52	0,60	21,64	106,04
	Nesaldinta vaisinė arbata	15-5/1	200	0,00	0,00	0,00	0,02
	Iš viso:			18,35	15,33	44,95	391,15

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Burokėlių sriuba (Tausojantis)(Augalinis) *	1-1/2M	150	1,16	3,61	14,62	95,59
I-IIvar.	Grietinė (30%rieb.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Konvekinėje krosnelėje keptas natūralus vištienos kumpelių kepsnelis (tausojantis)	9-5/1	70	15,99	8,26	3,71	153,14
IIvar.	Daržovių (kopūstai, morkos, žalieji žirneliai) šūpinys su cukinijomis (tausojantis) (augalinis)	4-43/1	240	9,58	13,38	34,53	296,84
Ivar.	Bulvių košė	4-1/1M	120	3,12	4,17	22,76	141,04
Ivar.	Pekino salotos su pomidorais ir aliejaus užpilu	2-5/3	80/6	0,88	3,13	3,36	45,06
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	23,3	22,6	68,5
				II var.	12,9	20,4	73,2
							569,8
							527,4

Patiekalai skirti pardavimui**

	Natūralus vištienos kepsnys (tausojantis)	9-10	100	27,97	7,11	3,83	191,20
	Vištienos kukuliai padaže(tausojantis)	9-6/2P	100/30	18,49	12,44	11,44	231,69
	Troškinta vištiena su brokoliais ir morkomis (tausojantis)	9-3/4n	75/75	22,39	18,15	8,24	285,88
	Žuvies kepsnys su svogūnais(tausojantis)	8-10/3	120	23,81	10,06	7,50	215,78
	Apkepti varškėčiai (9%rieb.), uogienė *	6-7/3	130/25	20,74	10,72	45,41	361,04

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

* Burokėlių sriuba 05-06 mėn. gali būti keičiama į šaltibarščius su bulvėmis (techn. kort. Nr. 1-40/1. B-4,12 g; R-4,84 g; A-17,82 g; Kcal -131,36).

Tvirtinu:
Direktorius

**I savaitė
Trečiadienis**

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	3-1/5	200	7,41	7,78	34,68	238,33
	Jogurtas (3.2%rieb.)	14-2/1	125	4,50	4,00	19,00	130,00
	Nesaldinta juodoji arbata su citrina	15-1/1	200/5	0,06	0,02	0,47	2,22
	Iš viso:			11,97	11,80	54,15	370,55

1-3/1M Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Morkų sriuba su lęšiais(tausojantis)(augalinis)	1-17/1	150	2,44	3,18	8,28	71,52
I-IIvar.	Grietinė (30% rie.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Virtas garuose kiaulienos maltinukas (tausojantis)	10-12/1	70	11,05	6,70	5,89	128,01
IIvar.	Lęšių troškinys su daržovėmis (morkos, pomidorai, salierai) (tausojantis) (augalinis)	4-40/1	220	13,91	13,15	35,12	314,42
Ivar.	Rauginti kopūstai su aliejumi *	2-2/1	40/4	0,38	4,01	2,60	47,96
Ivar.	Švieži agurkai *	2-23/1	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Ivar.	Virti griekiai	3-1/1Md	120	3,30	2,45	21,30	120,45
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	19,6	19,7	63,4
				II var.	18,5	19,7	67,6

Patiekalai skirti pardavimui**

	Kiaulienos troškinys su morkomis ir pupelėmis (tausojantis)	10-23/2n	70/70	23,12	12,22	20,17	283,18
	Kiaulienos šnicelis(tausojantis)	10-1/3n	110	20,44	16,52	10,47	272,34
	Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis)	10-21/1	200	18,48	5,45	57,04	351,09
	Kiaulienos karbonadas (tausojantis)	10-26	100	23,45	17,51	5,80	274,55
	Sklindžiai su obuoliais ir sėlenomis, uogienė	5-4/1M	120/20	7,43	10,95	47,21	317,05

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

* **Švieži agurkai** ne sezono metu keičiami į **raugintus agurkus** (techn. kort. Nr. 2-32/1d B-0,28 g; R-0,04 g; A-2,36 g; Kcal -10,92).

* **Rauginti kopūstai** ne sezono metu keičiami į **šviežių kopūstų salotas** (techn. kort. Nr.2-1/2 M. B-1,06 g; R-5,02 g; A-5.02 g; Kcal -69.49).

Tvirtinu:
Direktorius

I savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta nešlifuočių ryžių kruopų košė (tausojantis)	3-5/5	200	5,86	6,79	38,31	237,73
	Vaisius *	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
	Pienas (2.5% rie.)	14-46/1d	200	6,20	5,00	9,20	106,60
	Iš viso:			12,66	11,79	62,36	406,13

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-3/1M	150	1,29	4,05	9,18	78,30
I-IIvar.	Grietinė (30% rie.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Troškinta vištiena su brokoliais ir morkomis (tausojantis)	10-2/1a	50/50	13,01	7,71	5,73	144,29
IIvar.	Žaliųjų žirnelių pudingas su daržovėmis (kopūstai, morkos) ir špinatais (tausojantis) (augalinis)	4-33/1	170	8,00	7,56	40,55	262,23
Ivar.	Šviežių morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrininiu užpilu (augalinis)	2-3/5.1	80/6	1,25	3,15	9,20	70,15
I-IIvar.	Virti nešlifuoti ryžiai su ciberžole	3-5/2m	100	1,96	2,28	19,99	108,33
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0,96	0,29	6,65	32,99
I-IIvar.	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar.	Vaisius *	14-30/1	130	0,52	0,00	12,87	53,56
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	19,3	20,5	64,1
				II var.	13,0	17,2	89,7
							517,7
							565,5

Patiekalai skirti pardavimui**

	Konvekciniėje krosnyje keptas kapotos vištienos	9-13/1	120	17,07	5,84	7,71	151,61
	Itališki makaronai su vištiena (tausojantis)	9-21/1M	80/60/60	28,62	12,09	61,79	470,39
	Užkeptas vištienos kepsnys su pomidorais ir sūriu(tausojantis)	9-52M	120	31,22	15,88	1,44	273,54
	Lietiniai su varškės (0.5% rie.) įdaru, grietinė (30% rie.)	5-5/2Md	170/30	21,91	16,33	56,81	461,86

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:

Direktorius

**I savaitė
Penktadienis****Pusryčiai 07.30-9.00 val.**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta manų kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis)	3-8/2	200/25	5,32	4,55	31,48	188,18
	Varškės sūris (13% rieš.), sviestas (82% rieš.), batonas	14-7/22d	40/7/30	10,34	11,54	17,45	214,99
	Nesaldinta vaisinė arbata	15-5/1	200	0,00	0,00	0,00	0,02
	Iš viso:			15,66	16,09	48,93	403,19

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar	Pomidorinė sriuba su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)(augalinis)	1-8/5M	150	1,59	3,25	16,84	102,96
I-IIvar	Grietinė (30% rieš.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Konvekinėje krosnelėje keptas jūros lydekų maltinukas su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	8-3/1	75	12,57	4,38	6,83	117,01
IIvar.	Daržovių (kopūstai, morkos, žalieji žirnėliai) užkepėlė su cukinijomis (tausojantis) (augalinis)	4-42/1	170	8,10	10,59	44,55	305,89
Ivar.	Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir aliejaus užpilu*	2-4/2M	80/8	1,12	4,08	7,41	70,82
Ivar.	Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2,28	3,27	16,68	105,24
I-IIvar	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)			I var.	19,7	18,4	72,0	531,9
			II var.	11,8	17,2	85,6	544,7

Patiekalai skirti pardavimui**

	Vištiena vengriškai (tausojantis)	9-11/1	140	18,26	13,64	11,04	239,97
	Natūralus vištienos kepsnys (tausojantis)	9-10	100	27,97	7,11	3,83	191,20
	Virta pieniška dešrelė, pomidorų padažas	10-2/1d	110/40	10,92	17,22	11,68	245,37
	Vištienos maltinis su sūriu (tausojantis)	114M	100	21,20	12,27	8,51	229,24
	Konvekinėje krosnelėje keptas varškės (9% rieš.) pudingas, uogienė (tausojantis)	6-4/4d	170/30	21,44	14,47	50,10	416,43

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

! * **Burokėlių salotos su raugintais agurkais** sezono metu keičiami į **burokėlių salotas su šviežiais agurkais** (techn. kort. Nr.2-4/1M. B-1.1 g; R-5.1 g; A-7.1 g; Kcal -78.5).

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:

Direktorius

**II savaitė
Pirmadienis****Pusryčiai 07.30-9.00 val.**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta kukurūzų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-4/3d	250	3,74	10,44	33,88	244,44
	Jogurtas (3.2% rieš.)	14-2/1	125	4,50	4,00	19,00	130,00
	Nesaldinta vaisinė arbata	15-5/1	200	0,00	0,00	0,00	0,02
	Iš viso:			8,24	14,44	52,88	374,46

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Lietuviški barščiai (tausojantis)(augalinis)	1-2/1M	150	1,65	2,07	11,24	70,26
I-IIvar.	Grietinė (30% rieš.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Virtas garuose morkų pudingas su varške (9% rieš.) (tausojantis), grietinė (30% rieš.)	6-5/1	160/25	14,51	15,30	28,18	308,47
IIvar.	Lęšių troškiny su daržovėmis (morkos, pomidorai, salierai) (tausojantis) (augalinis)	4-40/1	220	13,91	13,15	35,12	314,42

Ivar.	Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys.) *	2-60/1M	80	1,38	0,10	6,36	31,86
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0,96	0,29	6,65	32,99
I-IIvar.	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	19,3	20,8	67,6
				II var.	17,4	18,5	68,2

Patiekalai skirti pardavimui**

	Virti kietagrūdžių kviečių makaronai su troškintomis daržovėmis ir kiauliena (tausojantis)	10-3/1	150/40	13,03	13,31	32,18	300,65
	Kiaulienos karbonadas (tausojantis)	10-26	100	23,45	17,51	5,80	274,55
	Kiaulienos šnicelis(tausojantis)	10-1/3n	110	20,44	16,52	10,47	272,34
	Lietiniai blynai su obuoliais, cinamonu ir grietine (10 proc.rieš.)	5-67	180/30	11,97	8,38	60,64	365,79
	Virti griekiai	3-1/2Md	150	4,13	0,56	26,63	128,06

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

* Šviežių daržovių rinkinuke daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniskumą.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:

Direktorius

**II savaitė
Antradienis****Pusryčiai 07.30-9.00 val.**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Pusryčių dribsniai su pienu (2.5% rieb.)	14-8/3M	40/150	7,81	4,38	41,20	235,46
	Fermentinis sūris (45% rieb.), sviestas (82% rieb.), batonas su sėlenomis	14-8/1	15/5/25	5,95	8,26	13,91	153,72
	Nesaldinta žolelių arbata	15-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			13,76	12,64	55,11	389,18

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Konservuotų rūgštinių sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-6/1M	150	1,09	3,05	9,06	68,02
I-IIvar.	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Konvekinėje krosnelėje kepta vištienos šlaunelė (tausojantis)	9-7/2M	85	17,03	9,50	0,09	153,97
IIvar.	Daržovių (kopūstai, morkos, žalieji žirneliai) šūpinys su cukinijomis (tausojantis) (augalinis)	4-43/1	240	9,58	13,38	34,53	296,84

Ivar.	Virtų burokėlių ir švž. obuolių salotos su citriniu užpilu	2-4/4	80/8	1,17	5,07	8,23	83,27
Ivar.	Virti nešlifuoti ryžiai su ciberžole	3-5/2	120	2,24	2,32	22,85	121,23
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-IIvar.	Vaisius *	14-31/1	150	1,35	0,15	17,55	76,95
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	24,4	23,5	67,0
				II var.	13,5	20,0	70,3
					576,6	515,0	

Patiekalai skirti pardavimui**

	Natūralus vištienos kepsnis (tausojantis)	9-10	100	27,97	7,11	3,83	191,20
	Vištienos maltinis su daržovių padažu(tausojantis)	9-13	100	19,80	8,60	8,06	188,87
	Folijoje užkepta žuvis su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis)	8-14	120	25,56	13,14	23,64	315,10
	Tarkuotų bulvių plokštainis	4-44	250	6,24	6,11	53,01	228,30
	Mieliniai blynai su sėlenomis, grietinė	5-3/1	120/25	9,63	15,01	44,54	351,79

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:

Direktorius

II savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta nešlifuočių ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-5/5	200	5,86	6,79	38,31	237,73
	Varškės sūris (13% rieš.), sviestas (82% rieš.), viso grūdo batonas	14-7/22	20/5/25	5,94	7,20	14,05	144,76
	Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			11,80	13,99	52,36	382,49

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Žirnių sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-8/1M	150	5,02	3,29	20,16	130,31
I-IIvar.	Grietinė (30% rieš.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Kiaulienos guliašas (tausojantis)	10-14/4M	65/30	16,07	7,03	6,49	153,47
IIvar.	Žaliųjų žirnelių pudingas su daržovėmis (kopūstai, morkos) ir špinatais (tausojantis) (augalinis)	4-33/1	170	8,00	7,56	40,55	262,23
I-IIvar.	Pekininių kopūstų ir paprikos salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-5/2M	80/8	0,91	5,15	4,59	68,33
Ivar.	Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2,28	3,27	16,68	105,24
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	26,4	22,1	72,1
				II var.	16,1	19,4	89,5
					593,2	596,7	

Patiekalai skirti pardavimui**

	Balandėliai su mėsa (tausojantis)	10-16/19	250/50	27,56	16,43	32,35	387,46
	Kiaulienos karbonadas (tausojantis)	10-26	100	23,45	17,51	5,80	274,55
	Mėsos kukuliai su rausvu padažu (tausojantis)	2-53Ar	110/30	26,98	16,10	10,19	293,58
	Apkepti varškėčiai (9% rieš.), uogienė *	6-7/3d	160/30	25,47	16,97	60,69	497,33

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezoninius vaisius.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:
Direktorius

II savaitė Ketvirtadienis

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Virta pieniška dešrelė, pomidorų padažas	10-2/1	55/20	5,46	8,61	5,84	122,69
	Virti griekiai	3-1/1Md	120	3,30	2,45	21,30	120,45
	Burokėlių salotos su raugintais agurkais ir aliejaus užpilu*	2-4/2M	80/8	1,12	4,08	7,41	70,82
	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
	Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			11,16	15,52	43,41	357,94

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Daržovių (bulvės, kopūstai, morkos) sriuba su žaliais žirneliais (tausojantis)(augalinis)	1-16/1M	150	1,77	1,08	10,76	65,79
I-IIvar.	Grietinė (30% riebi.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Virtas garuose vištienos kumpelių maltinukas (tausojantis)	9-9/3n	80	12,30	5,18	7,57	126,08
IIvar.	Šutintos daržovės (morkos, pomidorai, salierai) su baltosiomis pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	4-35/1	150	10,31	7,48	37,63	259,03
Ivar.	Bulvių košė	4-1/1M	120	3,12	4,17	22,76	141,04
I-IIvar.	Šviežių morkų ir obuolių salotos su kepintomis saulėgrąžomis	2-3/6M	80	1,02	3,97	3,63	54,30
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)			I var.	20,4	17,8	68,9	523,1
			II var.	15,2	15,9	76,2	515,0

Patiekalai skirti pardavimui**

	Vištienos šašlykas su daržovėmis (tausojantis)	9-20	150/50	29,71	13,70	3,43	255,87
	Troškinta vištiena su brokoliais ir morkomis (tausojantis)	9-3/4n	75/75	22,39	18,15	8,24	285,88
	Natūralus vištienos kepsnys (tausojantis)	9-10	100	27,97	7,11	3,83	191,20
	Vištienos kotletas "Astra"(tausojantis)	9-1/33K	110	26,74	27,66	9,26	392,94
	Sklindžiai su obuoliais ir sėlenomis, uogienė	5-4/1M	120/20	7,43	10,95	47,21	317,05

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:
Direktorius

**II savaitė
Penktadienis**

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta manų kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis)	3-8/2d	250/30	6,92	7,56	46,51	281,76
	Tepamas sūrelis(22,5% rie.), batonas su sėlenomis	14-80/2	15/25	3,91	3,74	14,28	106,36
	Nesaldinta arbata su pienu (2.5% rie.)	15-4/1M	150 /50	1,55	1,30	2,40	27,50
	Iš viso:			12,38	12,60	63,19	415,62

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Baltųjų pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-7/1M	150	4,29	2,17	19,91	116,30
I-IIvar.	Grietinė (30% rie.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Konvekciniėje krosnyje apkepta jūros lydekų filė(tausojantis)	8-8/2m	75	16,08	5,49	4,28	130,87
IIvar.	Daržovių (kopūstai, morkos, žalieji žirneliai) užkepėlė su cukinijomis (tausojantis) (augalinis)	4-42/1	170	8,10	10,59	44,55	305,89

Ivar.	Šviežių kopūstų ir agurkų salotos su aliejaus užpilu	2-1/8M	80/8	1,06	4,01	4,52	58,42
Ivar.	Virti nešlifuoti ryžiai su kepintomis morkomis	3-5/3	100	1,78	2,25	18,18	100,07
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	25,3	17,3	70,9
				II var.	14,5	16,1	88,5

Patiekalai skirti pardavimui**

	Plovas su vištiena(tausojantis)	9-20/P	250	25,30	9,18	44,96	363,59
	Natūralus vištienos kepsnys (tausojantis)	9-10	100	19,96	6,27	6,05	160,46
	Vištienos kukuliai padaže(tausojantis)	9-6/2P	180/30	33,25	20,85	52,83	530,94
	Konvekciniėje krosnelėje keptas varškės (9% rie.) pudingas, uogienė (tausojantis)	6-4/4d	170/30	21,44	14,47	50,10	416,43

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:

Direktorius

**III savaitė
Pirmadienis****Pusryčiai 07.30-9.00 val.**

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Pusryčių dribsniai su pienu (2.5% riebi.)	14-8/3M	40/150	7,81	4,38	41,20	235,46
	Varškės sūris (13% riebi.), sviestas (82% riebi.), viso grūdo batonas	14-7/22	20/5/25	5,94	7,20	14,05	144,76
	Nesaldinta vaisinė arbata	15-4/2	200	0,00	0,00	0,00	0,02
	Švieži agurkai *	2-60/1A	25	0,18	0,00	0,70	3,50
	Iš viso:			13,93	11,58	55,95	383,74

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Raugintų kopūstų sriuba(tausojantis)(augalinis)*	1-4/1	150	1,48	2,08	12,64	75,17
I-IIvar.	Grietinė (30% riebi.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Virtas garuose vištienos filė maltinukas (tausojantis)	9-6/2	80	19,90	2,48	4,93	121,64
IIvar.	Žaliųjų žirnelių pudingas su daržovėmis (kopūstai, morkos) ir špinatais (tausojantis) (augalinis)	4-33/1	170	8,00	7,56	40,55	262,23
Ivar.	Šviežių morkų ir obuolių salotos su aliejaus užpilu	2-3/6M9	40/6	0,37	3,04	5,19	49,57
I-IIvar.	Virtų burokėlių skiltelės su citriniu užpilu	2-25/1	50/4	0,81	2,05	5,34	43,09
I-IIvar.	Virti griekiai	3-1/3	100	2,75	3,38	17,75	112,38
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	27,5	16,4	70,1
				II var.	12,8	18,1	87,9

Patiekalai skirti pardavimui**

	Kietagrūdžių kviečių makaronai (spagečiai) su vištiena ir padažu	5-61	200/65	5,53	24,28	8,03	401,18
	Troškinta vištiena su daržovėmis (morkos, svogūnai, žalieji žirneliai) (tausojantis)	9-3/3dn	80/40	25,21	7,89	7,09	200,18
	Natūralus vištienos kepsnys (tausojantis)	9-10	100	27,97	7,11	3,83	191,20
	Žuvies kukuliai padaže(tausojantis)	8-1/1P	100/30	18,68	7,25	10,50	181,99
	Mieliniai blynai su sėlenomis, grietinė	5-3/1	120/25	9,63	15,01	44,54	351,79

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

* Raugintų kopūstų sriuba ne sezono metu keičiama į šviežių kopūstų sriubą (techn. kort. 1-3/1M; B-1.29 g; R-4.05 g; A-9,18 g; Kcal -78.3).

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:
Direktorius

III savaitė Antradienis

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	3-7/5M	200	6,77	6,22	28,02	195,12
	Jogurtas (3.2% rie.)	14-2/1	125	4,50	4,00	19,00	130,00
	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
	Nesaldinta vaisinė arbata	15-5/1	200	0,00	0,00	0,00	0,02
	Iš viso:			11,87	10,22	61,87	386,94

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Bulvienė su ryžiais(tausojantis)(augalinis)	1-16b	150	1,52	2,16	15,28	86,68
I-IIvar.	Grietinė (30% rie.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Konvekinėje krosnelėje keptas varškės (9% rie.) pudingas su ryžiais, trintos uogos (tausojantis)	6-4/4n	150/25	17,80	10,67	27,79	278,41
IIvar.	Lęšių troškinys su daržovėmis (morkos, pomidorai, salierai) (tausojantis) (augalinis)	4-40/1	220	13,91	13,15	35,12	314,42

Ivar.	Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys.) *	2-60/1M	80	1,38	0,10	6,36	31,86
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72	15	0,96	0,29	6,65	32,99
I-IIvar.	Geriamas vanduo	15-9/5	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80

Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)

I var.	22,5	16,2	71,2	520,9
II var.	17,2	18,6	72,2	525,1

Patiekalai skirti pardavimui**

	Kiaulienos šnicelis(tausojantis)	10-1/3n	110	20,44	16,52	10,47	272,34
	Kiaulienos karbonadas (tausojantis)	10-26	100	23,45	17,51	5,80	274,55
	Virta pieniška dešrelė, pomidorų padažas	10-2/1d	110/40	10,92	17,22	11,68	245,37
	Kiaulienos troškinys ("Čilė") (Tausojantis)	10-42	140	22,17	8,51	6,65	191,85
	Lietiniai su varškės (0.5% rie.) įdaru, grietinė (30% rie.)	5-5/2Md	170/30	21,91	16,33	56,81	461,86
	Virti nešlifuoti ryžiai su ciberžole	3-5/2d	150	2,80	3,40	28,56	156,04

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

* Šviežių daržovių rinkinuke daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniškumą.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:
Direktorius

III savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta manų kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis)	3-8/2	200/25	5,32	4,55	31,48	188,18
	Fermentinis sūris (45% rieb.), sviestas (82% rieb.), batonas su sėlenomis	14-8/1	15/5/25	5,95	8,26	13,91	153,72
	Vaisius *	14-30/2T	60	0,60	0,36	8,34	39,00
	Nesaldinta kmynų arbata	15-3/1	200	0,04	0,03	0,10	0,82
	Iš viso:			11,91	13,20	53,83	381,72

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Makaronų sriuba	1-10/2	150	2,54	2,39	17,06	99,87
I-IIvar.	Grietinė (30% rieb.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Konvekciniėje krosnelėje keptas natūralus vištienos filė kepsnelis (tausojantis)	9-5/4	70	17,42	2,95	3,72	115,74
IIvar.	Konvekciniėje krosnelėje apkepti daržovių (morkos, kopūstai, cukinija) ir lęšių muštinėliai (tausojantis) (augalinis)	4-29/1	150	10,11	5,82	38,25	245,80
I-IIvar.	Šviežių morkų salotos su kepintomis saulėgrąžomis ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu	2-3/10M	40/4	0,83	3,02	5,08	50,80
Ivar.	Pekino salotos su šviežiais agurkais ir aliejaus užpilu	2-5/5	40/6	0,44	3,06	1,89	36,87
Ivar.	Bulvių košė	4-1/1M	120	3,12	4,17	22,76	141,04
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)			I var.	26,5	19,0	74,7	580,2
			II var.	15,6	14,6	84,6	532,3

Patiekalai skirti pardavimui**

	Natūralus vištienos kepsnys (tausojantis)	9-10	100	27,97	7,11	3,83	191,20
	Vištiena vengriškai (tausojantis)	9-11/1	140	18,26	13,64	11,04	239,97
	Vištienos maltinis su paprika ir sūriu(tausojantis)	9-10/d	100	26,04	14,63	15,96	299,68
	Bulviniai blynai su grietine (10proc. rieb.)	4-49	200/30	10,52	14,56	71,73	460,24

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:
Direktorius
III savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Virti kiaušiniai, žalieji žirneliai *(tausojantis)	7-3/2	2 vnt./30	11,31	9,42	5,30	151,22
	Pilno grūdo ruginė duona, sviestas (82% rie.)	14-72/4	45/5	2,92	4,96	19,99	136,24
	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
	Nesaldinta kmynų arbata	15-3/1	200	0,04	0,03	0,10	0,82
	Iš viso:			14,87	14,41	40,24	350,08

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Špinatų sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-24/1	150	1,05	3,11	8,14	64,74
I-IIvar.	Grietinė (30% rie.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Virtas plovas su kiauliena(tausojantis)	10-9/1m	190	13,40	8,58	34,56	269,09
IIvar.	Daržovių (kopūstai, morkos, žalieji žirneliai) šiupinys su cukinijomis (tausojantis) (augalinis)	4-43/1	240	9,58	13,38	34,53	296,84

I-IIvar.	Švieži agurkai *	2-23/1	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Ivar.	Šviežių kopūstų ir pomidorų salotos su jogurtiniu užpilu	2-1/6M	40/10	0,97	0,43	2,53	17,88
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Nesaldintas kmynų gėrimas su citrina	15-14/1	200/2	0,62	0,44	1,68	13,17
I-IIvar.	Vaisius *	14-31/1	150	1,35	0,15	17,55	76,95
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	19,2	16,1	74,8
				II var.	14,4	20,5	72,2
					520,6	530,5	

Patiekalai skirti pardavimui**

	Užkeptas karbonadas su pomidorais (tausojantis)	10-24	110	26,03	16,09	7,23	277,84
	Kiaulienos šašlykas su daržovėmis (tausojantis)	10-34	150/50	33,01	12,70	4,65	264,95
	Konvekinėje krosnelėje keptas jūros lydekės maltinukas su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	8-3/1d	100	16,46	5,11	8,29	145,00
	Apkepti varškėčiai (9% rie.), uogienė *	6-7/3	130/25	20,74	10,72	45,41	361,04
	Virti nešlifuoti ryžiai su kepintomis morkomis	3-5/3d	150	2,67	4,38	27,26	159,11

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

* **Švieži agurkai** ne sezono metu keičiami į **raugintus agurkus** (techn. kort. Nr. 2-32/1d B-0,28 g; R-0,04 g; A-2,36 g; Kcal -10,92).

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami

Tvirtinu:
Direktorius

III savaitė Penktadienis

Pusryčiai 07.30-9.00 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
	Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	3-1/5	200	7,41	7,78	34,68	238,33
	Tepamas sūrelis(22,5% rieš.), batonas su sėlenomis	14-80/2	15/25	3,91	3,74	14,28	106,36
	Šviežių daržovių rinkinukas (2-3 rūšys.) *	2-60/1M	80	1,38	0,10	6,36	31,86
	Nesaldinta juodoji arbata	15-6/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			12,70	11,62	55,32	376,55

Pietūs 10.30

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-IIvar.	Daržovių (bulvės, morkos, žalieji žirneliai) sriuba su žiediniais kopūstais (tausojantis)(augalinis)	1-16/8M	150	1,76	4,08	12,35	93,19
I-IIvar.	Grietinė (30% rieš.)	13-10/3	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ivar.	Konvekinėje krosnelėje keptas žuvies kukulis (tausojantis)	8-4/1	75	14,72	4,67	7,33	130,24
IIvar.	Šutintos daržovės (morkos, pomidorai, salierai) su baltosiomis pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	4-35/1	150	10,31	7,48	37,63	259,03
I-IIvar.	Pekininių kopūstų ir pomidorų salotos su aliejaus užpilu	2-5/1M	40/6	0,51	4,11	2,56	49,22
Ivar.	Konservuoti žalieji žirneliai	2-61	40	1,96	0,08	6,32	33,84
Ivar.	Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (morkos, svogūnai)	3-10/3	100	2,28	3,27	16,68	105,24
I-IIvar.	Pilno grūdo ruginė duona	14-72/15	20	1,28	0,38	8,86	43,98
I-IIvar.	Stalo vanduo su citrina	15-9/3	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
I-IIvar.	Vaisius*	14-30/1d	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Dienos maistinė (g) ir energinė vertė (kcal)				I var.	23,4	19,6	69,5
				II var.	14,7	19,1	76,8
							547,6
							537,3

Patiekalai skirti pardavimui**

	Folijoje užkepta žuvis su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis)	8-14	120	25,56	13,14	23,64	315,10
	Itališki makaronai su vištiena (tausojantis)	9-21/1M	80/60/60	28,62	12,09	61,79	470,39
	Užkeptas vištienos kepsnys su špinatais(tausojantis)	9-7/2K	120	28,77	17,69	6,56	300,53
	Sklindžiai su obuoliais ir sėlenomis, uogienė	5-4/1M	120/20	7,43	10,95	47,21	317,05

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens.

* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

* Šviežių daržovių rinkinuke daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniškumą.

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami