

**Kauno kurčiųjų ir neprigirdinčiųjų ugdymo centras**

## **15 - DIENŲ VALGIARAŠTIS**

15-18 m. amžiaus vaikams

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7.30 iki 18.30val.

1 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė (tausojantis) ir sviestu 82%	K-1-	200/5	7,88	11,64	33,58	266,80
Uogienė		20	0,06	-	14,18	54,20
Batonas su sėlenom ir sviestu	Sm-20	40/10	3,23	8,26	20,84	161,20
Trinta varškė 9% su uogom		47/23	9,10	5,10	5,80	105,40
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	-	-	10,62	41,67
<b>Iš viso:</b>			<b>20,27</b>	<b>25,00</b>	<b>85,02</b>	<b>629,27</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis)	Sr-23	150	2,70	6,39	14,55	126,53
Viso grūdo duona	D-13	40	3,0	0,60	17,10	86,10
Maltas kalakutienos kukulis su morkom (tausojantis)	T-20	120	24,0	4,78	1,34	144,38
Biri ryžių košė		150	3,80	1,02	41,13	180,46
Pekino kopūstų, agurkų salotos su alyvuogių aliejum	S-28	200	2,05	10,56	10,67	145,92
Sultys obuolių morkų/ vaisiai		200/100	2,28	0,70	52,64	217,0
<b>Iš viso:</b>			<b>37,83</b>	<b>24,05</b>	<b>137,43</b>	<b>900,39</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 11,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Riestainiai kaimiški		60	6,60	1,08	39,18	188,40
Vaisiai		100	1,57	0,60	27,88	112,0
Kakava / pienas	Gė-31	200	4,24	3,35	16,70	108,10
<b>Iš viso:</b>			<b>12,41</b>	<b>5,03</b>	<b>83,76</b>	<b>408,50</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu(tausojantis)	B-53	200	10,35	12,12	45,98	334,40
Morkų lazdelės		80	0,72	0,14	6,26	22,32
Viso grūdo duona su sviestu 82% virta dešra ir agurku	Sm-22	40/10/30/20	5,97	14,32	20,94	235,30
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	-	-	10,46	41,13
<b>Iš viso:</b>			<b>17,04</b>	<b>26,58</b>	<b>83,64</b>	<b>633,15</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>87,55</b>	<b>80,66</b>	<b>389,85</b>	<b>2571,31</b>

1 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
3-javų dribsnių košė su šaldytom uogom(augalinis)	K-20	200/50	6,15	4,05	39,05	217,24
Virtas kiaušinis		70	8,60	8,20	0,50	110,10
Viso grūdo duona su sviestu 82% ir pomidoru	Sm-14	50/10/20	3,97	9,10	22,30	186,99
Kakava saldinta su pienu	Gė-31	200	4,24	3,35	16,70	108,10
<b>Iš viso:</b>			<b>22,96</b>	<b>24,70</b>	<b>78,55</b>	<b>622,43</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų bulvių,morkų brokolių sriuba (augalinis)	Sr-24	150	2,32	3,36	16,11	104,02
Viso grūdo juoda duona	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos mėsos-grikių troškiny (tausojantis)	M-38	100/100	33,72	26,71	33,46	503,81
Kopūstų, agurkų,pomidorų salotos su alyvuogių aliejum		150	1,65	7,77	5,91	100,17
Vanduo su citrina / vaisiai		200/100	1,52	0,60	27,88	114,0
			<b>42,17</b>	<b>39,08</b>	<b>100,42</b>	<b>908,08</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sumuštiniai su tepamu varškės sūreliu	Sm-8	40/10/20	5,44	13,62	21,85	220,80
Vaisiai sezoniniai		150	2,28	0,90	40,82	168,0
Vanduo su citrina	Gė-2	195/7	0,05	0,03	0,64	2,17
			<b>7,77</b>	<b>14,55</b>	<b>63,31</b>	<b>390,97</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptos bulvės su apelsinų sultim (augalinis)	MI-18	200	4,66	11,91	40,89	289,38
Kefyras 2,5%, varškė 9%		200/50	14,60	9,50	9,15	180,30
Orkaitėje kepti vaisiai (obuoliai,kriaušės)(augalinis)		100	1,10	2,50	18,30	100,10
Arbata žolelių	Gė-2	200	-	-	9,98	39,50
<b>Iš viso:</b>			<b>20,36</b>	<b>23,91</b>	<b>78,32</b>	<b>609,28</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>93,26</b>	<b>102,24</b>	<b>320,60</b>	<b>2530,76</b>

1 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu ir sviestu 82% (tausojantis)	K-22	200	7,81	5,13	36,83	224,73
Batonas su sėlenom su sviestu 82%	Sm-13	40/10	3,23	7,26	20,84	161,20
Virta dešra ,agurkas		30/20	3,51	6,54	0,27	74,10
Arbata saldinta su citrina	Gė-2	200	0,04	-	10,46	41,13
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,0
<b>Iš viso:</b>			<b>16,11</b>	<b>19,53</b>	<b>96,28</b>	<b>613,16</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė (perlinės) sriuba su bulvėm (augalinis)	Sr-19	150	3,01	3,46	24,20	139,99
Viso grūdo juoda duona	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Konvekinėje kepta paukštienos filė (tausojantis)	P-13	100	24,52	11,80	7,17	255,52
Biri ryžių kruopų košė		100	2,56	4,68	27,65	156,68
Morkų, obuolių, salierų salotos su alyvuogių aliejum		150	3,15	14,85	13,06	198,52
Vanduo su citrina/ vaisiai		200/50	0,8	0,33	14,62	58,17
<b>Iš viso:</b>			<b>37,0</b>	<b>35,76</b>	<b>103,76</b>	<b>894,96</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>Grūdų traputis</b>		<b>20</b>	<b>1,76</b>	<b>0,22</b>	<b>16,74</b>	<b>74,40</b>
<b>Geriamas jogurtas 2,5%</b>		<b>200</b>	<b>3,77</b>	<b>2,78</b>	<b>16,60</b>	<b>111,09</b>
<b>Vaisiai</b>		<b>150</b>	<b>2,28</b>	<b>0,90</b>	<b>41,82</b>	<b>168,0</b>
<b>Iš viso:</b>			<b>7,81</b>	<b>3,90</b>	<b>75,16</b>	<b>353,49</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	B-43	180	11,18	15,60	49,27	382,24
Saldus grietinės padažas	Pa-8	30	0,42	4,59	11,92	88,66
Viso grūdo duona (juoda)su sviestu 82% ir pomidoru	Sm-15	40/5/30	3,52	5,38	19,60	140,86
Arbata žolelių	Gė-2	200	-	-	9,98	39,50
<b>Iš viso:</b>			<b>15,12</b>	<b>25,57</b>	<b>90,77</b>	<b>651,26</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>76,04</b>	<b>84,76</b>	<b>365,97</b>	<b>2512,87</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su alyv. aliejum (augalin.)	K-2	200	8,28	7,00	40,50	258,40
Uogienė		30	0,09	-	21,27	81,30
Viso grūdo ruginė duona su sviestu ir varškės sūriu 13%	Sm-14	45/5/30	9,60	9,46	19,34	200,99
Kakava saldinta su pienu	Gė-31	200	4,24	3,35	16,70	108,10
<b>Iš viso:</b>			<b>22,21</b>	<b>19,81</b>	<b>97,81</b>	<b>648,79</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėm, bulvėm, morkom (augalinis)	S-21	150	2,63	3,24	14,85	99,10
Viso grūdo ruginė duona	D-13	40	2,96	0,52	20,52	86,80
Ryžių plovai su kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	B-42	200	30,12	19,32	29,73	413,38
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	Pa-1	120	1,16	11,71	12,04	158,25
Agurkai švieži arba konserv.		50	0,40	0,10	1,15	5,50
Vanduo su citrina / vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	114,17
<b>Iš viso:</b>			<b>38,79</b>	<b>35,49</b>	<b>106,17</b>	<b>877,20</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė 9% su uogiene	V-30	50/10	8,03	4,50	9,25	108,20
Batonas su sėlenom		35	2,22	0,87	12,42	75,0
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,0
Vanduo su citrina	Gė-2	200	-	-	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>12,53</b>	<b>6,27</b>	<b>64,13</b>	<b>353,37</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	Ml-23	200	23,44	15,88	22,78	327,77
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		50	2,33	1,33	2,33	29,66
Tarkuotos morkos (augalinis) su obuoliais ir citrinų sultim		100	1,19	1,0	15,87	77,35
Duona (juoda) su sviestu	Sm-22	40/10	3,03	8,78	20,60	161,20
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	0,04	-	10,46	41,13
<b>Iš viso:</b>			<b>30,03</b>	<b>26,99</b>	<b>72,04</b>	<b>637,11</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>103,56</b>	<b>88,56</b>	<b>340,15</b>	<b>2516,47</b>

1 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 7.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė su alyvuogių aliejum (augalinis)	Ml-13	200	5,07	4,35	54,84	278,81
Vaisiai (bananai, uogos)		100	1,50	-	22,80	90,0
Batonas su sėlenom su sviestu 82%	Sm-22	40/5	23,20	5,93	20,80	161,20
Kietasis sūris (40%)		20	6,60	5,20		73,20
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	0,04	-	10,46	41,13
<b>Iš viso:</b>			<b>36,41</b>	<b>15,48</b>	<b>108,90</b>	<b>644,34</b>

**Pietūs 14.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių(žirnių) sriuba su bulvėm, morkom(augalinis)	Sr-11	150	3,89	3,30	14,98	105,16
Duona su daigintais rugiais	D-13	40	21,26	0,52	20,52	86,80
Žuvies paplotėliai(tausojanti)	Ž-26	160	28,40	7,70	3,20	195,30
Bulvių, morkų košė	k-16	130	2,30	1,60	16,10	88,20
Kopūstų salotos su porais, obuoliais, alyvuog. aliejum	K-16	180	2,25	3,79	16,19	106,76
Sultys obuolių, morkų		200	0,76	0,10	24,76	105,0
Vaisiai sezoniniai		150	2,28	0,90	41,82	168,0
<b>Iš viso:</b>			<b>61,14</b>	<b>17,91</b>	<b>137,57</b>	<b>855,22</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10.35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti sumuštiniai su varške (9%) ir obuoliais		100	8,90	5,06	25,77	184,25
Vaisiai		120	1,45	0,58	26,76	134,40
Arbata juoda su citrina	Gė-2	200	-	-	9,98	41,13
<b>Iš viso:</b>			<b>10,35</b>	<b>5,64</b>	<b>62,51</b>	<b>359,78</b>

**Vakarienė 18.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mokiniai nevalgo, išvyko namo.						
<b>Iš viso:</b>						
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>107,90</b>	<b>39,03</b>	<b>308,98</b>	<b>1859,34</b>

2 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų košė su cinamonu ir sviestu (tausojantis)	K-17	200	6,67	4,42	36,98	214,53
Vaisiai (obuoliai), uogos		100	0,40	0,40	13,0	57,20
Viso grūdo duona su sviestu ir sūriu 45%	Sm-14	45/10/30	11,50	14,26	19,15	250,97
Kakava su pienu	Gė-31	200	4,24	3,35	16,70	108,10
<b>Iš viso:</b>			<b>22,81</b>	<b>22,43</b>	<b>85,83</b>	<b>630,80</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų arba raugintų kopūstų sriuba (augalinis)	Pn-19	150	1,90	4,58	11,38	94,38
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklom (tausojantis)	M-51	110	26,78	13,07	5,83	248,14
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Pa-1	110	2,80	1,30	25,0	122,80
Morkų, obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (tausojantis)		150	2,56	1,08	13,12	72,45
Agurkai švieži arba konservuoti	S-32	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Viso grūdo duona	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Sultys/ vaisiai	Gė-30	200/150	3,04	1,0	66,58	273,0
<b>Iš viso:</b>			<b>40,44</b>	<b>21,77</b>	<b>140,12</b>	<b>902,35</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 11,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>Bandelė su varške</b>		<b>60</b>	<b>9,85</b>	<b>1,20</b>	<b>26,70</b>	<b>127,0</b>
<b>Pienas 2,5%</b>		<b>200</b>	<b>5,60</b>	<b>5,0</b>	<b>9,40</b>	<b>112,0</b>
<b>Vaisiai (bananai)</b>		<b>150</b>	<b>2,38</b>	<b>0,90</b>	<b>41,82</b>	<b>168,0</b>
<b>Iš viso:</b>			<b>17,83</b>	<b>7,10</b>	<b>77,92</b>	<b>407,0</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	B-55	200	19,0	8,96	44,41	334,29
Grietinė 30%		30	0,72	8,02	0,93	87,90
Viso grūdo duona su sviestu (82%) ir pomidoru	Sm-22	40/5/30	2,46	7,78	20,67	161,20
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	0,04	-	10,46	41,67
<b>Iš viso:</b>			<b>22,22</b>	<b>24,76</b>	<b>76,47</b>	<b>625,06</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>103,30</b>	<b>76,06</b>	<b>380,34</b>	<b>2565,21</b>

2 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su pomidorais (tausojantis)	Ki-13	120	10,26	10,58	2,96	148,11
Pomidorų padažas ar pomidorai		20/100	1,0	0,20	4,10	17,0
Duona su daigintais grūdais su sviestu ir ferment. sūriu( 45%)	Sm-20	40/10/30	15,68	17,86	20,87	297,40
Vaisiai sezoniniai		100	0,76	0,30	13,94	112,0
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	0,04	-	10,46	41,13
<b>Iš viso:</b>			<b>27.74</b>	<b>28.94</b>	<b>52.33</b>	<b>615.64</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių, bulvių, morkų, cukinijų sriuba (augalinis)	Sr-11	150	4,89	4,18	19,66	135,87
Viso grūdo ruginė duona	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos ,morkų, porų troškiny s '(tausojantis)	P-12	150	26,58	15,38	7,09	273,15
Viso grūdo makaronai su sviestu	Pa-1	120	6,68	3,88	35,24	202,64
Daržovių salotos (kopūstai, morkos, agurka, pomidorai) su alyvuogių aliejum (augalinis) (tausojantis)	S-11	150	1,59	4,13	6,07	67,78
Vanduo su citrina/ vaisiai	Gė-26	200/100	1,57	0,60	28,52	114,17
<b>Iš viso:</b>			<b>44,27</b>	<b>28,81</b>	<b>113,64</b>	<b>879,69</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės desertas „miau“ 6%		100	9,90	6,0	15,30	155,0
Batonas su sėklom		20	2,20	3,40	7,80	70,60
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,0
<b>Iš viso:</b>			<b>14,38</b>	<b>10,30</b>	<b>64,92</b>	<b>393,60</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo miltų sklandžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis)	T-10	200	14,91	6,66	51,41	326,44
Grietinė 30%/ kefyras 2.5%		30/150	8,24	13,0	10,73	207,90
Viso grūdoduona su sviestu 82%	Sm-15	45/5/20	1,52	4,45	8,57	80,24
Arbata žolelių	Gė-31	200	-	-	9,98	39,50
<b>Iš viso:</b>			<b>24,67</b>	<b>24,11</b>	<b>80,69</b>	<b>654,08</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>111,06</b>	<b>92,16</b>	<b>311,58</b>	<b>2543,01</b>



2 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avių kruopų košė su cinamonu, obuoliais (tausojantis)	K-14	200	6,45	4,79	33,43	202,67
Viso grūdo duona su sviestu ir varškės sūriu (13%)		40/10/40	11,50	14,26	19,15	250,97
Vaisiai sezoniniai /jogurtas	Sm-14	100/60	5,17	2,60	32,04	157,0
Arbata žolelių su citrina	Gė2	200	-	-	10,46	41,13
<b>Iš viso:</b>			<b>23,12</b>	<b>21,65</b>	<b>95,08</b>	<b>651,77</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta šaldytų daržovių sriuba su bulvėm(augalinis)	S-27	150	3,10	6,61	16,75	136,90
Viso grūdo duona	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Bulvių plokštainis su kalakutiena (tausojantis)	P-18	250	27,66	9,71	52,0	400,98
Grietinė 30%		50	1,44	9,0	0,93	87,90
Tarkuotos morkos su obuoliais ir citrinų sultimis	S-42	150	1,78	1,52	23,80	116,03
Vanduo su citrina		195/7	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai		50	0,76	0,30	14,0	56,0
<b>Iš viso:</b>			<b>37,75</b>	<b>27,81</b>	<b>125,18</b>	<b>886,06</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jogurtas „Pasaka“ 3,4%		125	2,60	3,40	13,70	97,0
Kukurūzų trapučiai		20	1,76	0,22	16,74	74,40
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,0
Arbata kmyņu	Gė-33	200	0,59	0,44	11,40	49,49
<b>Iš viso:</b>			<b>7,23</b>	<b>4,96</b>	<b>83,66</b>	<b>388,89</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso gūdo makaronai su malta kiauliena (kiauliena)	B-46	200	17,35	3,85	42,17	272,78
Kefyras 2,5% /vaisiai		200/50	8,36	5,30	23,74	176,0
Duona viso grūdo su sviestu	Sm-12	40/10	3,03	8,78	20,60	161,20
Arbata žolelių	Gė-2	200	-	-	9,98	39,50
<b>Iš viso:</b>			<b>28,74</b>	<b>17,93</b>	<b>96,49</b>	<b>649,48</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>96,84</b>	<b>72,35</b>	<b>400,41</b>	<b>2576,20</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė su alyvuogių aliejum (tausojantis)	K-10	200	7,42	4,02	48,65	278,81
Viso grūdo duona su sviestu	Sm-20	40/10	2,46	7,78	20,60	161,20
Virta dešra su agurku		40/50	4,52	7,86	1,47	101,90
Arbata žolelių su citrina	Gė-31	200	-	-	10,62	41,67
Vaisiai (bananas)		60	0,76	0,30	13,94	56,0
<b>Iš viso:</b>			<b>16,16</b>	<b>19,96</b>	<b>95,28</b>	<b>639,58</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėm (augalinis)	Sr-5	150	4,23	3,32	18,46	120,74
Duona su daigintais grūdais	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Keptos su garais vištų šlaunelės (tausojantis)	B-13	120	28,82	17,50	-	326,12
Biri ryžių košė (tausojantis)	Pa-11	100	2,56	4,68	27,65	156,88
Kopūstų, pomidor, agurkųsalotos su alyvų aliejum (augalinis)	Gė-29	150	1,65	7,77	5,90	100,17
Vaisiai / vanduo su citrina		150	1,57	0,60	27,88	114,17
<b>Iš viso:</b>			<b>41,79</b>	<b>34,51</b>	<b>96,95</b>	<b>904,16</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižiniai sausainiai		60	3,34	1,98	19,53	109,33
Pienas 2,5%		200	5,60	5,0	9,40	112,0
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,22</b>	<b>7,88</b>	<b>70,75</b>	<b>389,33</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Keptos su garais brokolių ir kiaušinių apkepas(tausojantis)	V-28	200	11,96	20,01	8,22	260,87
Morkos su obuoliais ir citrinų sultim riešutais (augalinis)		140	1,67	1,42	22,22	108,29
Viso grūdo duona su sviestu 82% ir pomidoru	Sm-22	40/5/30	3,52	5,38	19,60	140,86
Arbata kmylių /vaisiai	Gė-33	200/50	0,76	0,30	23,92	95,50
<b>Iš viso:</b>			<b>17,91</b>	<b>27,11</b>	<b>73,96</b>	<b>605,52</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>87,08</b>	<b>89,46</b>	<b>336,94</b>	<b>2538,59</b>

2 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su svogūnais ir morkom	K-21	200	11,32	5,75	63,16	357,46
Varškė 9% su žalumynais	Pa-1	60	7,78	4,07	1,87	75,30
Viso grūdo duona su sviestu	Sm-20	40/5	3,00	4,65	20,56	114,0
Vaisių salotos (bananai, kivi, apelsinai, persikai) (augalinis)		50	1,0	1,78	10,18	50,07
Arbata juoda	Gė-2	200	-	-	9,98	39,50
<b>Iš viso:</b>			<b>23,10</b>	<b>26,83</b>	<b>105,75</b>	<b>636,33</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis)	Sr-8	150	4,95	7,55	25,78	190,87
Duona su daigintais grūdais	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltos žuvies kotletai (j.lydekos) (tausojantis)	P-15	110	21,46	3,93	6,28	146,39
Grietinės padažas su daržovėm	Pa-3	30	0,64	6,03	2,0	63,76
Orkaitėje keptos bulvės	K-18	100	2,33	5,95	20,44	144,69
Burokėlių salotos /agurkai	S-38	100/50	1,53	12,50	10,96	175,62
Vanduo su citrina /vaisiai		200/50	0,76	0,30	13,94	58,17
<b>Iš viso:</b>			<b>34,63</b>	<b>36,90</b>	<b>96,46</b>	<b>865,58</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>Trinta varškė 9% su uogom</b>		<b>120</b>	<b>15,57</b>	<b>8,74</b>	<b>5,68</b>	<b>163,68</b>
<b>Vaisiai</b>		<b>120</b>	<b>1,82</b>	<b>0,72</b>	<b>33,45</b>	<b>134,40</b>
<b>Batonas su sėklom</b>	Gė-2	30	2,20	0,87	12,42	70,60
<b>Iš viso:</b>			<b>19,59</b>	<b>10,33</b>	<b>51,55</b>	<b>368,68</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mokiniai nevalgo, išvažiuoja						
<b>Iš viso:</b>						
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>77,32</b>	<b>74,06</b>	<b>253,76</b>	<b>1870,59</b>

3 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su sviestu 82% (tausojojantis)	Ml-16	180	10,02	5,82	52,86	303,96
Viso grūdo duona su sviestu ir pomidoru	Sm-14	50/10/20	3,97	9,10	22,30	186,99
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	-	-	10,62	41,67
Vaisiai ( bananai)		100	1,52	0,60	27,88	112,0
<b>Iš viso:</b>			<b>15,51</b>	<b>15,52</b>	<b>113,66</b>	<b>644,62</b>

**Pietūs 14,00val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miltinių viso grūdo kukulaičių sriuba (tausojojantis)	Pn-6	150	5,46	6,17	16,80	152,80
Viso grūdo duona	D-13	30	2,22	0,48	12,80	64,56
Vištienos kukulis su morkom, sezamo sėklom ( tausojojantis)	M-37	110	29,10	11,35	6,39	244,17
Bulvių košė su sviestu 82%	B-16	110	1,90	4,12	17,14	113,18
Morkų obuolių ,salierų salotos su alyvų aliejum (augalinis)		150	3,15	14,85	13,06	198,52
Obuolių sultys /vaisiai	S-33	100/50	1,33	0,38	32,51	134,75
<b>Iš viso:</b>			<b>43,16</b>	<b>37,35</b>	<b>98,70</b>	<b>907,98</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 11,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>Bandelė su cinamonu</b>		<b>60</b>	<b>4,27</b>	<b>8,98</b>	<b>29,85</b>	<b>213,21</b>
<b>Vaisiai</b>		<b>50</b>	<b>0,76</b>	<b>0,30</b>	<b>13,94</b>	<b>56,0</b>
<b>Pienas 2,5%</b>	Gė-2	<b>200</b>	<b>1,58</b>	<b>0,90</b>	<b>10,38</b>	<b>120,0</b>
<b>Iš viso:</b>			<b>6,62</b>	<b>10,18</b>	<b>54,17</b>	<b>389,21</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai su viso grūdo miltais(tausojantis)		140	21,09	10,62	37,12	328,51
Grietinė 30%		25	0,60	7,50	0,77	73,25
Viso grūdo duona su virta dešra ir agurku	Sm-15	40/5/20/20	11,30	10,05	20,58	215,85
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	-	-	10,62	41,67
<b>Iš viso:</b>			<b>32,99</b>	<b>28,17</b>	<b>69,09</b>	<b>659,28</b>

<b>Iš viso (dienos davinio):</b>	<b>98,28</b>	<b>91,22</b>	<b>335,62</b>	<b>2601,09</b>
----------------------------------	--------------	--------------	---------------	----------------

3 savaitė

Antradienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	Kl-11	130	14,80	14,70	13,10	243,98
Pomidorai arba pomidorų padažas		100/20	0,78	0,10	4,74	22,0
Viso grūdo duona su sviestu 82% ir sūriu 45%	Sm-15	40/5/30	11,40	14,26	19,15	250,97
Jogurtas 2,5% su vaisiais		60/40	3,30	1,70	16,60	94,80
Arbata žolelių	Gė-2	200	-	-	9,98	39,50
<b>Iš viso:</b>			<b>30,28</b>	<b>30,76</b>	<b>63,57</b>	<b>651,25</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis) arba šaltibarščiai su bulvėm	Sr-21	150/50	5,51	4,27	16,70	126,85
Viso grūdo duona	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos kumpio guliašas (morkos, svog.)(tausojantis)	M-43	100/60	29,17	22,44	6,68	342,49
Virti makaronai (viso grūdo)	MI-14	100	4,14	4,24	28,84	173,62
Kopūstai ,agurkai, pomidorai ,paprika ,morkos, porai su aliejum (augalinis)	S-37	150	1,58	4,13	6,07	67,80
Vanduo su citrina / vaisiai		200/100	1,57	0,60	27,88	114,17
<b>Iš viso:</b>			<b>44,93</b>	<b>36,32</b>	<b>103,23</b>	<b>911,01</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė
-----------------------	-----	--------	-----------------------------	--	--	----------



Agurkai švieži arba marinuoti		50	0,40	0,10	1,20	5,50
Duona su daigintais grūdais	D-13	40	3,0	0,60	17,10	86,08
Sultys /vaisiai	Gė-30	200/50	1,52	0,40	38,70	146,0
<b>Iš viso:</b>			<b>41,33</b>	<b>32,40</b>	<b>168,13</b>	<b>891,38</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Geriamas jogurtas „Jo“ 2,5%		200	3,77	2,78	16,60	111,09
Javainių batonėlis		30	1,35	1,95	22,62	99,60
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,40</b>	<b>5,63</b>	<b>81,04</b>	<b>378,69</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniškos dešrelės su padažu	M-49	100/20	7,96	25,49	5,68	309,04
Troškintos daržovės (žiediniai kopūstai, morkos, bulvės), (augalinis)	T-16	140	2,80	5,94	12,20	123,57
Duona viso grūdo su sviestu	Sm-15	40/10	3,03	8,78	20,60	161,20
Arbata juoda	Gė-33	200	-	-	9,98	39,50
<b>Iš viso:</b>			<b>13,79</b>	<b>40,21</b>	<b>48,46</b>	<b>633,31</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>78,65</b>	<b>96,66</b>	<b>406,81</b>	<b>2544,28</b>

3 savaitė

Ketvirtadienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais ir cinamonu (tausoja)	K-2	200	9,85	9,83	35,13	259,40
Uogienė		30	0,09	-	21,27	81,30
Batonas su sėlenom su dešra ir agurku, sviestu	Sm-20	40/30/20/10	6,74	13,80	21,11	235,30
Arbata žolelių su citrina	Gė-2	200	-	-	10,46	41,13
<b>Iš viso:</b>			<b>16,68</b>	<b>23,63</b>	<b>87,97</b>	<b>617,13</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausoja)	Sr-13	150	1,90	4,58	11,38	94,38
Duona su daigintais grūdais	D-13	40	2,24	0,40	18,40	90,40
Vištienos krūtinėlė troškinta su ryžiais ir morkom (tausoja)	M-50	200	24,58	9,48	24,16	280,30
Virtų burokėlių salotos su raug. agurkais ir pupelėm (augalinis)	S-48	130	4,49	9,43	16,99	170,75

Sultys slyvų		200	0,60	-	32,20	130,0
Vaisiai		50	1,52	0,60	27,88	112,0
<b>Iš viso:</b>			<b>35,33</b>	<b>24,49</b>	<b>131,01</b>	<b>877,83</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti sumuštiniai su varške 9% ir obuoliais		40/35/25	8.89	5.06	25.77	184.25
Vaisiai		150	1.52	0.60	27.88	112.0
Kakava su pienu	Gė-33	200	4.24	3.35	16.70	108.10
<b>Iš viso:</b>			<b>14.65</b>	<b>9.01</b>	<b>70.35</b>	<b>404.35</b>

**Vakariėnė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai su viso grūdo miltais ir obuoliais	Ml-20	150	10,81	17,20	53,34	404,60
Uogienė		30	0,09	-	21,27	81,30
Duona (su grūdais) su sviestu	Sm-22	40/5	3,0	4,65	20,56	114,0
Arbata žolelių	Gė-2	200	-	-	9,98	39,50
<b>Iš viso:</b>			<b>13,90</b>	<b>21,85</b>	<b>105,15</b>	<b>639,40</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>80,56</b>	<b>78,98</b>	<b>394,48</b>	<b>2538,71</b>

3 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 7,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su selenėlėmis ir sviestu 82% (tausojantis)	K-10	200	8.28	4.65	35.86	218.51
Uogienė		30	0,09	-	21,27	81,30
Viso grūdo duona su sviestu 82% ir varškės sūriu (13%)	Gė-31	40/10/40	11.50	14.26	16.15	250.97
Kakava su pienu		200	4.24	3.35	16.70	108.10
<b>Iš viso:</b>			<b>24.11</b>	<b>22.26</b>	<b>89.98</b>	<b>658.88</b>

**Pietūs 14,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių – perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	Sr-17	150	3,63	3,33	14,19	93,47
Duona viso grūdo	D-13	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Cukinijų ir žuvies (j.lydeka) paplotėlis (tausojantis)		150	21,28	7,52	9,78	191,90
Žiedinių kopūstų ir ryžių troškiny su grietine(10%)		180	5,68	3,22	44,79	230,89
Burokėlių salotos su apelsinų		150	2,21	3,88	15,70	106,58



sultimis (augalinis)						
Sultys vaisių		200	0,80	-	22,60	90,0
Vaisiai sezoniniai		100	1,52	0,60	27,82	112,0
<b>Iš viso:</b>			<b>38,08</b>	<b>19,19</b>	<b>151,94</b>	<b>910,92</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) 10,35 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Traputis su uogiene		1v/20	1,04	0,44	18,20	75,90
Pienas 2,5%		200	1,58	0,90	10,38	120,0
Vaisiai sezoniniai		150	2,28	0,90	41,82	168,0
<b>Iš viso:</b>			<b>4,90</b>	<b>2,24</b>	<b>70,40</b>	<b>363,90</b>

**Vakarienė 18,00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mokiniai nevalgo, išvažiuoja						
<b>Iš viso:</b>						
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>67,09</b>	<b>43,69</b>	<b>312,32</b>	<b>1933,70</b>