

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

**Kauno Prano Daunio ugdymo centras**  
(Jstaigos pavadinimas)

**15 DIENŲ MAITINIMAS**  
(nurodyti dienų skaičių)

**Mokykla 11 - 14 m.**  
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Maitinimo savaitių skaičius: 3  
Maitinimo dienų skaičių savaitėje: 5  
Maitinimų skaičių dienoje: 4  
Maitinimų pavadinimai ir laikai:

Pavadinimas	Laikas
Pusryčiai	07:30
Priešpiečiai	10:55
Pietūs	14:40
Vakarienė	18:30

1 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Iš viso maitinimui:			0,00	0,00	0,00	0,00

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
SUMUŠTINIAI (batonas) SU FERMENTINIU SŪRIU (60/10/30 g)	20015	100	13,89	16,83	27,60	317,38
JUODOJI ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29165	200	0,00	0,01	4,98	19,97
Iš viso maitinimui:			13,89	16,83	32,58	337,35

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
ŽIEDINIŲ KOPŪSTŲ, CUKINIŲ SRIUBA (250 g)	78017	250	2,85	10,24	19,93	183,31
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
KEPTI SU GARAIS VIŠTIENOS ŠLAUNELIŲ MĒSOS SUKTINUKAI (T) (180g.)	45035	180	38,75	15,82	6,00	321,36
BIRI RYŽIŲ KRUOPŲ KOŠĖ (80 g)	25318	80	2,38	2,74	21,74	121,13
PEKINO KOPŪSTŲ SALOTOS (AUGIALINIS) (90 g)	85132	90	1,31	0,69	6,40	37,02
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>48,07</b>	<b>32,91</b>	<b>73,33</b>	<b>781,77</b>

<b>Vakarienė 18:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
BULVINIAI BLYNAI (220g.)	29476	220	6,68	23,46	52,11	446,30
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
KEFYRAS 2,5% (200 g)	29169	200	6,40	5,00	8,00	102,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,34</b>	<b>31,46</b>	<b>60,38</b>	<b>578,02</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>75,30</b>	<b>81,20</b>	<b>166,28</b>	<b>1697,15</b>

1 savaitė  
Antradienis

<b>Pusryčiai 07:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
3-GRŪDŲ DRIBSNIŲ KOŠĖ SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (T) (200 g)	37528	200	5,32	4,18	27,89	170,48
UOGIENĖ (20 g.)	26218	20	0,04	0,00	12,44	49,92
SAUSAINIAI ĮVAIRŪS (30 g)	22204	30	2,25	4,65	20,40	132,45
KAKAVA SU PIENU (200 g)	29161	200	2,91	2,56	14,90	94,23
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,52</b>	<b>11,39</b>	<b>75,63</b>	<b>447,07</b>

<b>Priešpiečiai 10:55 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
KEKSIUKAI (50 g)	22207	50	3,41	14,00	21,25	224,62
PIENAS 2.5% (200 g)	27334	200	5,60	5,00	9,40	105,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,01</b>	<b>19,00</b>	<b>30,65</b>	<b>329,62</b>

<b>Pietūs 14:40 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
RAUGINTŲ KOPŪSTŲ SRIUBA (A) (T) (250g.)	78018	250	1,01	12,54	10,69	159,63
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
KARALIŠKI BALANDĖLIAI (160 gr.)	37207	160	30,41	15,93	9,41	302,69

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

BULVIŲ KOŠĖ (120 g)	25319	120	2,58	4,52	20,80	134,16
SVIESTO - GRIETINĖS PADAŽAS SU POMIDORŲ PADAŽU (15g.)	26221	15	0,33	6,93	1,32	68,96
AGURKAI, POMIDORAI ŠVIEŽI (60/40 g)	85133	100	0,88	0,28	3,97	21,92
OBUOLIŲ IR KT. UOGŲ AR MORKŲ SULTYS (180 g)	29167	180	0,00	0,18	21,60	88,02
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>37,90</b>	<b>43,78</b>	<b>86,29</b>	<b>890,81</b>

<b>Vakarienė 18:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VIRTI VARŠKĖČIAI (VARŠKĖ 9%) SU VISO GRŪDO MILTAIS (T) (210 g)	22351	210	25,24	12,16	45,05	390,58
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
OBUOLIAI (100 g)	75030	100	0,40	0,00	9,90	41,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,90</b>	<b>15,16</b>	<b>55,22</b>	<b>460,91</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>83,32</b>	<b>89,33</b>	<b>247,79</b>	<b>2128,41</b>

1 savaitė  
Trečiadienis

<b>Pusryčiai 07:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
GRIKIŲ KOŠĖ SU PIENU 2.5% IR SVIESTU 82% (250 g) (T)	37529	250	9,43	6,39	45,93	278,93
SUMUŠTINIAI (batonas) SU TEPAMU LYDYTU SŪRELIU (60/40 g)	20011	100	8,34	10,02	32,74	254,50
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,78</b>	<b>16,41</b>	<b>78,67</b>	<b>533,44</b>

<b>Priešpiečiai 10:55 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
SOTIEJI SKREBUČIAI 90G.	22206	90	10,68	11,72	25,46	250,07
VAISTAŽOLIŲ ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29163	200	0,00	0,00	4,98	19,92
OBUOLIAI (100 g)	75030	100	0,40	0,00	9,90	41,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,08</b>	<b>11,72</b>	<b>40,34</b>	<b>311,18</b>

<b>Pietūs 14:40 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
TIRŠTA AGURKINĖ SRIUBA SU BULVĖMIS, PERLINĖMIS KRUOPOMIS IR MORKOMIS (A) (T) (250g)	78019	250	2,84	5,32	22,76	150,26
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

KOTLETAS „BERŽELIS“ (120 g)	37208	120	24,24	23,88	2,30	321,07
BEŠAMELIO PADAŽAS 30 g.	26222	30	1,10	1,66	2,46	29,23
BIRI RYŽIŲ KRUOPŲ KOŠĖ (80 g)	25318	80	2,38	2,74	21,74	121,13
VIRTŲ BŪROKĖLIŲ SALOTOS SU ŽIRNELIAIS IR KONSERVUOTAIS AGURKAIS (A) (90 g)	85134	90	1,62	6,40	7,36	93,57
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>34,96</b>	<b>43,43</b>	<b>75,88</b>	<b>834,22</b>

<b>Vakarienė 18:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
APKEPTI PILNO GRŪDO MAKARONAI SU KIAULIENA (T) (170g.)	21929	170	28,19	21,81	23,07	401,30
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
VYNUOGĖS (150 g)	75034	150	1,05	0,30	27,00	114,90
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>29,24</b>	<b>22,11</b>	<b>50,07</b>	<b>516,21</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>93,06</b>	<b>93,67</b>	<b>244,96</b>	<b>2195,06</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis

<b>Pusryčiai 07:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VISO GRŪDO AVIŽINIŲ DRIBSNIŲ KOŠĖ SU OBUOLIAIS, CINAMONU IR ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (T) (200 g)	37530	200	7,61	8,52	32,88	238,67
RUGINĖS DUONOS SUMUŠTINIAI SU SVIESTU (45/10 g)	20012	55	2,80	8,65	20,60	171,43
KAKAVA SU PIENU (200 g)	29161	200	2,91	2,56	14,90	94,23
KRIAUSĖS (100 g)	75028	100	0,30	0,30	12,10	52,30
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,61</b>	<b>20,03</b>	<b>80,48</b>	<b>556,63</b>

<b>Priešpiečiai 10:55 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
SUMUŠTINIAI (batonas) SU VIRTA DEŠRA IR AGURKU (60/10/45/25 g)	20016	140	9,68	18,79	32,31	337,05
JUODOJI ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29165	200	0,00	0,01	4,98	19,97
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,68</b>	<b>18,80</b>	<b>37,29</b>	<b>357,01</b>

<b>Pietūs 14:40 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
BUROKĖLIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS, BULVĖMIS IR MORKOMIS (250gr.)	78020	250	4,20	3,33	24,60	145,18
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

KALAKUTIENOS ŠLAUNELIŲ IR DARŽOVIŲ (BULVĖ, MORKA) TROŠKINYS (T) (250 g)	45036	250	16,85	12,80	23,84	277,94
MORKŲ IR KOPŪSTŲ SALOTOS SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A) (160 g)	85135	160	2,50	14,11	11,10	181,38
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
OBUOLIAI (100 g)	75030	100	0,40	0,00	9,90	41,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,74</b>	<b>33,66</b>	<b>88,70</b>	<b>764,66</b>

<b>Vakarienė 18:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
ORKAITĖJE KEPTI PIKANTIŠKI BULVINUKAI (T) (240 g)	29477	240	24,86	16,93	64,62	510,27
EKO NATŪRALUS JOGURTAS (30 g)	26227	30	1,29	1,05	1,77	21,69
VAISTAŽOLIŲ ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29163	200	0,00	0,00	4,98	19,92
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,15</b>	<b>17,98</b>	<b>71,36</b>	<b>551,88</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>76,18</b>	<b>90,46</b>	<b>277,84</b>	<b>2230,18</b>

1 savaitė  
Penktadienis

<b>Pusryčiai 07:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
RYŽIŲ KRUOPŲ KOŠĖ SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (T) (250 g)	37531	250	5,83	5,50	42,60	243,23
VAISTAŽOLIŲ ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29163	200	0,00	0,00	4,98	19,92
OBUOLIAI (150 g)	75029	150	0,60	0,00	14,85	61,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,43</b>	<b>5,50</b>	<b>62,43</b>	<b>324,94</b>

<b>Priešpiečiai 10:55 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
SAUSI PUSRYČIAI (70gr.)	27335	70	5,46	3,50	54,60	271,74
EKO JOGURTAS SU PRIEDAIS (100gr.)	6674	100	3,80	3,00	14,80	101,40
JUODOJI ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29164	200	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,26</b>	<b>6,51</b>	<b>69,41</b>	<b>373,21</b>

<b>Pietūs 14:40 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
TIRŠTA POMIDORŲ IR LEŠIŲ SRIUBA (250 g)	78021	250	10,13	6,22	32,46	226,32
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
KEPTA SU GARAIS RIEBI (LAŠIŠA, SKUMBRE, ŠAMAS) ŽUVIS SU PROVANSO ŽOLELEMIS (T) (110 g)	24807	110	23,81	16,20	1,58	247,39

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

BULVIŲ KOŠĖ (100 g)	25320	100	2,15	3,76	17,33	111,80
AISBERGO SAL., AGURKŲ SALOTOS SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (150 g)	85136	150	1,37	0,61	10,40	52,56
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>40,25</b>	<b>30,21</b>	<b>81,04</b>	<b>757,03</b>

<b>Vakarienė 18:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>55,94</b>	<b>42,21</b>	<b>212,87</b>	<b>1455,17</b>

2 savaitė  
Pirmadienis

<b>Pusryčiai 07:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

<b>Priešpiečiai 10:55 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
BANDELĖ SU ĮDARU (50 g)	22208	50	4,45	5,10	26,70	170,50
PIENAS 2.5% (200 g)	27334	200	5,60	5,00	9,40	105,00
OBUOLIAI (150 g)	75029	150	0,60	0,00	14,85	61,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,65</b>	<b>10,10</b>	<b>50,95</b>	<b>337,30</b>

<b>Pietūs 14:40 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ SRIUBA (250 g)	78022	250	2,99	7,69	19,21	158,01
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
KEPTOS VIŠTŲ ŠLAUNELĖS (140gr.)	45037	140	29,92	19,36	1,93	301,63
BULVIŲ KOŠĖ (120 g)	25319	120	2,58	4,52	20,80	134,16
ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ, MORKŲ IR OBUOLIŲ SALOTOS SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A) (150 g)	85137	150	1,38	8,24	11,46	125,56
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>39,65</b>	<b>43,23</b>	<b>72,65</b>	<b>838,31</b>

<b>Vakarienė 18:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.

+ Personalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
BULVIŲ PLOKŠTAINIS SU GRIETINE (30%) (250 g)	29478	250	10,95	19,06	64,90	474,97
KEFYRAS 2,5% (200 g)	29169	200	6,40	5,00	8,00	102,60
APELSINAI (100g )	75033	100	0,90	0,10	11,70	51,30
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,25</b>	<b>24,16</b>	<b>84,60</b>	<b>628,87</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>68,56</b>	<b>77,49</b>	<b>208,20</b>	<b>1804,49</b>

2 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
OMLETAS (T) (200 g)	5594	200	22,61	21,04	14,31	337,04
RUGINĖS DUONOS SUMUŠTINIAI SU SVIESTU (45/10 g)	20012	55	2,80	8,65	20,60	171,43
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
OBUOLIAI (150 g)	75029	150	0,60	0,00	14,85	61,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,00</b>	<b>29,69</b>	<b>49,76</b>	<b>570,28</b>

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VAISIŲ SKILTELĖS (120 g)	75032	120	0,78	0,19	16,20	69,65
KEKSIUKAI (50 g)	22207	50	3,41	14,00	21,25	224,62
JUODOJI ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29165	200	0,00	0,01	4,98	19,97
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>4,19</b>	<b>14,20</b>	<b>42,43</b>	<b>314,23</b>

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
ŠPINATŲ SRIUBA SU BULVĖMIS (A) (T) (250g.)	78023	250	3,76	6,28	16,73	138,45
GRIETINĖ 30% (20gr.)	26224	20	0,52	6,00	0,54	58,24
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
VIRTŲ BULVIŲ CEPELINAI SU MĖSA (200g.)	29474	200	12,50	10,66	45,16	326,60
PEKINO KOPŪSTŲ SALOTOS (AUGIALINIS) (90 g)	85132	90	1,31	0,69	6,40	37,02
SVIESTO - GRIETINĖS PADAŽAS (30g.)	26223	30	0,54	15,70	0,60	145,85
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,16</b>	<b>39,74</b>	<b>88,42</b>	<b>796,00</b>

Vakarienė 18:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

VISO GRŪDO SPELTA MILTŲ SKLINDŽIAI SU OBUOLIAIS IR BANANAIS (200 g)	21930	200	9,47	3,85	48,40	266,14
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
PIENAS 2.5% (200 g)	27334	200	5,60	5,00	9,40	105,00
KRIAUSĖS (100 g)	75028	100	0,30	0,30	12,10	52,30
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,63</b>	<b>12,15</b>	<b>70,17</b>	<b>452,56</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>66,98</b>	<b>95,78</b>	<b>250,78</b>	<b>2133,08</b>

2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VISO GRŪDO AVIŽINIŲ DRIBSNIŲ KOŠĖ SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (T) (200 g)	37532	200	6,43	6,46	22,55	174,06
UOGIENĖ (20 g.)	26218	20	0,04	0,00	12,44	49,92
SŪRIO LAZDELĖS (60 g.)	22205	60	16,02	12,48	0,24	177,36
JUODOJI ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29164	200	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,49</b>	<b>18,95</b>	<b>35,24</b>	<b>401,41</b>

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
SUMUŠTINIAI (batonas) SU TEPAMU LYDYTU SŪRELIU (60/40 g)	20011	100	8,34	10,02	32,74	254,50
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,34</b>	<b>10,02</b>	<b>32,74</b>	<b>254,51</b>

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
PERTRINTA DARŽOVIŲ SRIUBA (250 g)	78024	250	2,30	6,72	18,82	145,01
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
PLOVAS SU KALAKUTIENA (T) (200g.)	49148	200	29,02	22,29	26,30	421,94
KONSERVUOTI AGURKAI, POMIDORAI ŠVIEŽI (60/60 g)	85138	120	1,08	0,36	5,13	28,08
OBUOLIŲ IR KT. UOGŲ AR MORKŲ SULTYS (180 g)	29167	180	0,00	0,18	21,60	88,02
BANANAI (150 g)	81778	150	1,50	0,60	35,10	151,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>36,60</b>	<b>33,56</b>	<b>125,46</b>	<b>950,29</b>

Vakarienė 18:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VARŠKĖS (9%) APKEPAS (T) (250 g)	22352	250	33,21	20,73	46,99	507,33

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

EKO NATŪRALUS JOGURTAS (30 g)	26227	30	1,29	1,05	1,77	21,69
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
VYNUOGĖS (80 g)	75035	80	0,56	0,16	14,40	61,28
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>35,06</b>	<b>21,94</b>	<b>63,16</b>	<b>590,31</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>102,49</b>	<b>84,46</b>	<b>256,60</b>	<b>2196,51</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
5-IŲ GRŪDŲ DRIBSNIŲ KOŠĖ SU PIENU (2.5%) IR SVIESTU (82%) (T) (220g.)	37533	220	6,92	4,74	35,45	212,14
UOGIENĖ (20 g.)	26218	20	0,04	0,00	12,44	49,92
RUGINĖS DUONOS SUMUŠTINIAI SU SVIESTU (40/5 g)	20013	45	2,47	4,50	18,28	123,48
KAKAVA SU PIENU (200 g)	29161	200	2,91	2,56	14,90	94,23
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,33</b>	<b>11,80</b>	<b>81,07</b>	<b>479,76</b>

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
KARŠTI SUMUŠTINIAI (110g.)	22209	110	12,79	14,28	29,45	297,52
VAISTAŽOLIŲ ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29163	200	0,00	0,00	4,98	19,92
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,80</b>	<b>14,28</b>	<b>34,42</b>	<b>317,43</b>

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
TIRŠTA ŽIRNIŲ SRIUBA SU BULVĖMIS IR MORKOMIS (250 g)	78025	250	7,13	5,39	29,65	195,60
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (20 g)	27338	20	1,22	0,20	9,12	43,16
GRIETINĖLĖJE TROŠKINTA VIŠTIENOS KRŪTINĖLĖ TROŠKINTA SU MORKOMIS (T) (200 g)	45038	200	30,50	12,88	5,89	261,49
BIRI GRIKIŲ KOŠĖ (90 g)	25321	90	5,31	3,52	29,13	169,38
AISBERGO SAL., AGURKŲ SALOTOS SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (150 g)	85136	150	1,37	0,61	10,40	52,56
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>45,87</b>	<b>25,61</b>	<b>85,21</b>	<b>754,83</b>

Vakarienė 18:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
ORKAITĖJE APKEPTI LIETINIAI BLYNAI SU VARŠKE (9%) (200/100g.)	22353	300	21,75	15,15	59,80	462,54

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
UOGIENĖ (20 g.)	26218	20	0,04	0,00	12,44	49,92
JUODOJI ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29164	200	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,05</b>	<b>18,15</b>	<b>72,52</b>	<b>541,65</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>93,05</b>	<b>69,84</b>	<b>273,22</b>	<b>2093,68</b>

2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
RYŽIŲ KRUOPIŲ KOŠĖ SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (T) (250 g)	37531	250	5,83	5,50	42,60	243,23
UOGIENĖ (30 g.)	26219	30	0,06	0,00	18,66	74,88
VAISTAŽOLIŲ ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29163	200	0,00	0,00	4,98	19,92
OBUOLIAI (150 g)	75029	150	0,60	0,00	14,85	61,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,49</b>	<b>5,50</b>	<b>81,09</b>	<b>399,82</b>

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
KEKSIUKAI (50 g)	22207	50	3,41	14,00	21,25	224,62
PIENAS 2.5% (200 g)	27334	200	5,60	5,00	9,40	105,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,01</b>	<b>19,00</b>	<b>30,65</b>	<b>329,62</b>

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
RŪGŠTYNIŲ SRIUBA (250 g)	78026	250	2,46	10,12	20,20	181,73
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
KEPTA ORKAITĖJE ŽUVIS (LYDEKA) SU TRAŠKIŲ KUKURŪZŲ DRIBSNIŲ PLUTELE (T) ( 110 g)	24808	110	21,17	12,78	18,50	273,69
BULVIŲ KOŠĖ (120 g)	25319	120	2,58	4,52	20,80	134,16
VIRTŲ BUOKĖLIŲ SALOTOS SU ŽIRNELIAIS IR KONSERVUOTAIS AGURKAIS (A) (110 g)	85139	110	1,98	7,83	9,00	114,36
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>30,98</b>	<b>38,66</b>	<b>87,76</b>	<b>822,89</b>

Vakarienė 18:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

		Iš viso dienai:	46,48	63,16	199,50	1552,33
--	--	-----------------	-------	-------	--------	---------

3 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Iš viso maitinimui:			0,00	0,00	0,00	0,00

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
SAUSI PUSRYČIAI (60gr.)	27336	60	4,68	3,00	46,80	232,92
PIENAS 2.5% (200 g)	27334	200	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			10,28	8,00	56,20	337,92

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
PIENIŠKA MAKARONŲ SRIUBA (250 g)	78027	250	7,39	4,05	20,61	148,45
ORKAITĖJE TROŠKINTAS VIŠTIENOS ŠLAUNELIŲ KEPSNYS(T) (120g.)	45039	120	20,73	11,11	1,08	187,20
SVIESTO - GRIETINĖS PADAŽAS (20g.)	26225	20	0,23	5,85	0,26	54,61
BIRI GRIKIŲ KOŠĖ (90 g)	25321	90	5,31	3,52	29,13	169,38
GŪŽINIŲ KOPŪSTŲ SALOTOS SU PORAIS, OBUOLIAIS IR ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (150 g) (A)	85140	150	1,67	4,53	8,86	82,91
OBUOLIŲ IR KT. UOGŲ AR MORKŲ SULTYS (200 g)	29168	200	0,00	0,20	24,00	97,80
KRIAUSĖS (100 g)	75028	100	0,30	0,30	12,10	52,30
Iš viso maitinimui:			35,63	29,56	96,03	792,65

Vakarienė 18:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
ORKAITĖJE APKEPTI LIETINIAI BLYNAI SU VARŠKE (9%) (200/100g.)	22353	300	21,75	15,15	59,80	462,54
EKO NATŪRALUS JOGURTAS (50 g)	26228	50	2,15	1,90	2,40	35,30
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			23,90	17,05	62,20	497,86
Iš viso dienai:			69,81	54,61	214,43	1628,43

3 savaitė  
Antradienis

Mokykla 11 - 14 m.  
 Nemokamas 11- 14 m.  
 + Personalas

**Pusryčiai 07:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
GRIKIŲ KOŠĖ SU PIENU 2.5% IR SVIESTU 82% (220 g) (T)	37535	220	7,04	5,31	33,49	209,91
SŪRIO LAZDELĖS (60 g.)	22205	60	16,02	12,48	0,24	177,36
KAKAVA SU PIENU (200 g)	29161	200	2,91	2,56	14,90	94,23
OBUOLIAI (50 g)	75031	50	0,20	0,00	4,95	20,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,17</b>	<b>20,35</b>	<b>53,58</b>	<b>502,10</b>

**Priešpiečiai 10:55 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VAISIŲ SKILTELĖS (120 g)	75032	120	0,78	0,19	16,20	69,65
BANDELĖ SU JĎARU (50 g)	22208	50	4,45	5,10	26,70	170,50
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,23</b>	<b>5,29</b>	<b>42,90</b>	<b>240,16</b>

**Pietūs 14:40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
PUPELIŲ SRIUBA SU BULVĖMIS, MORKOMIS IR CUKINIJA (250 g)	78028	250	7,64	6,81	32,78	222,95
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
KEPSNYS SVOGŪNĖLIS (T) (150g)	37210	150	32,59	14,29	9,68	297,66
VIRTOS BULVĖS (A) (T) (90g.)	25322	90	1,85	0,09	18,26	81,30
VIRTŲ BUROKĖLIŲ SALOTOS SU ŽIRNELIAIS IR KONSERVOUOTAIŠ AGURKAIS (A) (90 g)	85134	90	1,62	6,40	7,36	93,57
SVIESTO - GRIETINĖS PADAŽAS SU POMIDORŲ PADAŽU (15g.)	26221	15	0,33	6,93	1,32	68,96
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>46,81</b>	<b>37,95</b>	<b>88,66</b>	<b>883,40</b>

**Vakarienė 18:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VISO GRŪDO SPELTA BLYNAI SU OBUOLIAIS (220 g)	21931	220	8,14	3,83	44,21	243,85
GRIETINĖ 30% (20gr.)	26224	20	0,52	6,00	0,54	58,24
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
BANANAI (100 g)	75036	100	1,00	0,40	23,40	101,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,74</b>	<b>10,25</b>	<b>68,89</b>	<b>406,81</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>87,96</b>	<b>73,84</b>	<b>254,03</b>	<b>2032,47</b>

3 savaitė  
 Trečiadienis

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VISO GRŪDO AVIŽINIŲ DRIBSNIŲ KOŠĖ SU MEDUMI (T) (210 g)	37534	210	8,72	9,67	38,67	276,56
BATONAS SU FERMENTINIŲ SŪRIU (40/10/25 g)	20014	65	9,23	15,26	20,75	257,24
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
OBUOLIAI (100 g)	75030	100	0,40	0,00	9,90	41,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,34</b>	<b>24,93</b>	<b>69,33</b>	<b>575,01</b>

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
SOTIEJI SKREBUČIAI 90G.	22206	90	10,68	11,72	25,46	250,07
KAKAVA SU PIENU (200 g)	29161	200	2,91	2,56	14,90	94,23
APELSINAI (100g)	75033	100	0,90	0,10	11,70	51,30
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,48</b>	<b>14,38</b>	<b>52,06</b>	<b>395,59</b>

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
POMIDORINĖ SRIUBA SU RYŽIAIS (250 g)	78029	250	2,71	2,16	24,72	129,14
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (40 g)	27337	40	2,44	0,40	18,24	86,32
ORKAITĖJE KEPTI ŽEMAIČIŲ BLYNAI SU KALAKUTIENA (200 g) (T)	29475	200	11,79	9,73	39,42	292,39
KOPŪSTŲ, MORKŲ, OBUOLIŲ SALOTOS SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A) (120 g)	85141	120	1,15	6,04	8,78	94,04
SVIESTO - GRIETINĖS PADAŽAS (30g.)	26223	30	0,54	15,70	0,60	145,85
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,98</b>	<b>37,04</b>	<b>92,78</b>	<b>780,39</b>

Vakarienė 18:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
VIRTI VARŠKĖČIAI (VARŠKĖ 9%) SU VISO GRŪDO MILTAIS (T) (210 g)	22351	210	25,24	12,16	45,05	390,58
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
VAISTAŽOLIŲ ARBATA BE CUKRAUS (200 g)	29162	200	0,00	0,00	0,00	0,01
VYNUOGĖS (80 g)	75035	80	0,56	0,16	14,40	61,28
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,06</b>	<b>15,32</b>	<b>59,72</b>	<b>480,99</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>77,87</b>	<b>91,66</b>	<b>273,89</b>	<b>2231,98</b>

3 savaitė  
Ketvirtadienis

Mokykla 11 - 14 m.  
Nemokamas 11- 14 m.  
+ Personalas

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
OMLETAS (T) (200 g)	5594	200	22,61	21,04	14,31	337,04
RUGINĖS DUONOS SUMUŠTINIAI SU SVIESTU (45/10 g)	20012	55	2,80	8,65	20,60	171,43
VAISTAŽOLIŲ ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29163	200	0,00	0,00	4,98	19,92
OBUOLIAI (150 g)	75029	150	0,60	0,00	14,85	61,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,00</b>	<b>29,69</b>	<b>54,74</b>	<b>590,19</b>

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
TRINTA VARŠKĖ SU UOGOMIS (90 g)	22350	90	12,14	6,55	5,86	130,92
BATONAS ( 40g)	20017	40	3,00	0,76	20,12	99,32
JUODOJI ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29165	200	0,00	0,01	4,98	19,97
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,14</b>	<b>7,31</b>	<b>30,96</b>	<b>250,21</b>

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
DARŽOVIŲ IR VISO GRŪDO MAKARONŲ SRIUBA (250gr.)	78030	250	4,42	8,13	23,16	183,50
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
RUGINĖ DUONA (20 g)	27338	20	1,22	0,20	9,12	43,16
KEPTAS SU GARAIS KIAULIENOS KUMPINĖS ZUKIS SU MORKOMIS IR SVOGŪNAIS (T) (180g.)	37200	180	28,79	13,44	10,66	278,75
VIRTOS BULVĖS (A) (T) (90g.)	25322	90	1,85	0,09	18,26	81,30
RAUGINTŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A) (100 g)	85142	100	0,84	7,05	6,79	93,99
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
APELSINAI (100g )	75033	100	0,90	0,10	11,70	51,30
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>38,37</b>	<b>32,03</b>	<b>80,72</b>	<b>764,64</b>

Vakarienė 18:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
PIENIŠKOS DEŠRELĖS (100gr.)	22210	100	13,00	18,00	3,00	226,00
POMIDORŲ PADAŽAS (20gr.)	26229	20	0,20	0,00	3,80	16,00
KEPTOS BULVĖS (150g.)	29479	150	2,70	15,14	26,60	253,40
KEFYRAS 2,5% (200 g)	29169	200	6,40	5,00	8,00	102,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,30</b>	<b>38,14</b>	<b>41,40</b>	<b>598,00</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>101,81</b>	<b>107,17</b>	<b>207,81</b>	<b>2203,03</b>

Mokykla 11 - 14 m.  
 Nemokamas 11- 14 m.  
 + Personalias  
 3 savaitė  
 Penktadienis

Pusryčiai 07:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
BIRI PERLINIŲ KRUOPŲ KRUOPŲ KOŠĖ SU SVIESTU 82% (250 g)	37536	250	6,59	4,24	41,28	229,68
SAUSAINIAI ĮVAIRŪS (30 g)	22204	30	2,25	4,65	20,40	132,45
VAISTAŽOLIŲ ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29163	200	0,00	0,00	4,98	19,92
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,84</b>	<b>8,89</b>	<b>66,66</b>	<b>382,05</b>

Priešpiečiai 10:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
SUMUŠTINIAI (batonas) SU VIRTA DEŠRA IR AGURKU (60/10/45/25 g)	20016	140	9,68	18,79	32,31	337,05
JUODOJI ARBATA SU CUKRUMI (200 g)	29165	200	0,00	0,01	4,98	19,97
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,68</b>	<b>18,80</b>	<b>37,29</b>	<b>357,01</b>

Pietūs 14:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
ŽIRNIŲ SRIUBA SU BULVĖMIS IR MORKOMIS (250g.)	78031	250	6,67	5,37	24,19	171,80
GRIETINĖ 30% (10gr.)	26220	10	0,26	3,00	0,27	29,12
ŽUVIES IR KIAULIENOS ZUKIS 100g	27151	100	20,14	14,48	10,22	251,73
BIRI RYŽIŲ KRUOPŲ KOŠĖ (75 g)	25323	75	2,23	1,14	20,17	99,83
AISBERGO SAL., AGURKŲ SALOTOS SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (150 g)	85136	150	1,37	0,61	10,40	52,56
VANDUO SU CITRINA (200 g)	29166	200	0,08	0,02	0,75	3,52
OBUOLIAI (50 g)	75031	50	0,20	0,00	4,95	20,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>30,95</b>	<b>24,62</b>	<b>70,95</b>	<b>629,16</b>

Vakarienė 18:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>49,47</b>	<b>52,31</b>	<b>174,90</b>	<b>1368,22</b>

<b>Dienos vidurkis:</b>			<b>76,55</b>	<b>77,81</b>	<b>230,87</b>	<b>1930,01</b>
-------------------------	--	--	--------------	--------------	---------------	----------------

Atsakingas asmuo:

Jolanta Grincevičiene