

Vilniaus Žygimanto Augusto progimnazija, Šeškinės g. 25, Vilnius

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

 15 **DIENŲ VALGIARAŠTIS**
11-18 metų

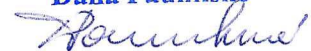
(nurodyti dienų skaičių)

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7,30 iki 15,30val.

Technologė
Olga Kostygova

Direktorė
Dalia Paunksnė



11-18 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Pirmadienis
----------------------------	-----------	-------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/30T 4	300	8,43	4,81	55,73	299,92
Varškė (9 %) su graikišku jogurtu (2%) ir uogomis	15-1/1 2	60(48/6/6)	8,27	4,46	2,40	82,87
Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,28	9,85	76,98	465,73

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Daržovių ir pilno grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT 1	150	3,73	5,10	20,73	143,79
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Ryžių plovai su vištiena (tausojantis)	10-5/111T 5	240(95/145)	30,87	13,96	38,59	403,50
II- Plovai su daržovėmis (tausojantis)	SMP 10-5/111T	200	7,36	5,97	49,57	276,70
Pekino kopūstų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 7	140	1,43	7,37	7,46	101,87
Rauginti agurkai	18/25 4	80	0,32	0,32	10,40	45,76
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00
Iš viso: I variantas			38,09	30,07	87,02	728,32
Iš viso: II variantas			14,58	22,08	98,00	644,56

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Omletas (tausojantis)	8-3/60T 4	130	14,76	14,04	0,84	188,76
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	40	2,96	0,64	17,12	86,08
Sviestas (82%)	18/8 1*2	8	5,80	4,20	21,20	59,96
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 4	90	0,72	0,18	2,07	12,78
Konservuoti žalieji žirneliai		60	3,90	0,18	12,60	67,50
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 4	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			28,14	19,24	53,83	415,08
Iš viso I (dienos davinio):			83,51	59,16	217,83	1609,13
Iš viso II (dienos davinio):			60,00	51,17	228,81	1525,37

Direktore
Dalia Paunksnė
D. Paunksnė

Technologė
Olga Kastygova
Olga Kastygova

11-18 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Antradienis
-----------------------------------	------------------	--------------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kumpio ir sūrio užkepėlė		200	5,04	7,80	33,00	227,40
Saldintas jogurtas	18/7 1	100	2,90	2,10	10,60	87,00
Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,62	10,58	65,70	411,64

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1,43	3,14	10,68	76,72
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Kiaulienos maltinis įdarytas sūriu (tausojantis)	11-8/162T 3	140	26,46	11,57	8,18	242,73
II- Cukinija įdaryta daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	SMP 4-8/200 2	220	11,20	11,48	22,50	241,16
Morkų, svogūnų, česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 2	50	0,63	3,59	4,65	53,38
Orkaitėje keptos bulvės su žolelėmis (augalinis)	4-8/163AT 3	100	2,35	5,23	21,34	141,82
Gūžinių kopūstų salotos su porais, morkomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/2A 4	140	1,64	4,54	10,66	90,12
Garintos daržovės (augalinis)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Stalo vanduo paskanintas agurkais	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	0,20	2,00
Iš viso: I variantas			33,98	28,16	71,60	677,31
Iš viso: II variantas			17,00	26,43	69,23	587,30

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Spelta miltų sklindžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis)	SMP -6-8/161T 3	195	14,54	6,53	50,13	317,34
Trintos uogos (aviėtės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 5	40	1,04	12,00	1,12	117,60
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 8	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			15,85	18,65	54,16	448,74
Iš viso I (dienos davinio):			58,45	57,39	191,46	1530,19
Iš viso II (dienos davinio):			41,47	55,66	189,09	1447,68

Direktorė
Dalia Paunksnė

Dalia Paunksnė

Technologė
Oiga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams		I savaitė		Trečiadienis		
Pusryčiai 8.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	SMP - 3-3/32T 4	275	9,72	6,22	50,85	294,97
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 5	200	5,18	0,65	14,96	86,45
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,38	7,35	81,41	450,06

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiršta raudonųjų lęšių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/42AT 1	150	11,27	3,73	32,82	209,95
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Kaptos kalakutienos kepsnelis su daržovių padažu (tausojantis)	10-5/101T 4	160 (60/100)	17,20	7,62	18,49	211,27
II- Daržovių apkepas (tausojantis)	4-8/162T 4	220	9,27	11,90	21,01	228,22
Biri grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T 5	110	6,54	4,28	35,60	207,02
Tarkuotos šviežios morkos citrinos sultimis	2-1/25A 3	120	1,43	1,21	18,99	92,61
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,40	45,76
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	SMP 30/1 1	200	0,20	0,00	1,20	6,00
Iš viso: I variantas			32,16	16,20	90,74	638,03
Iš viso: II variantas			24,23	20,49	93,26	654,98

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Orkaitėje kepti varškėčiai (9%) (tausojantis)	7-8/160T 6	160	31,82	21,34	29,03	435,47
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 3	20	0,52	6,00	0,56	58,80
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			32,61	27,46	32,50	508,07
Iš viso I (dienos davinio):			80,15	51,02	204,65	1596,16
Iš viso II (dienos davinio):			72,22	55,30	207,17	1613,11

Dalia Pauksnė

Direktorė

Technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Ketvirtadienis
-----------------------------------	------------------	-----------------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir cinamonu (augalinis)	3-3/55AT 4	220	9,13	7,71	45,08	286,29
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	16-1/1 2	32/6/22	7,13	8,39	16,25	169,03
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,74	16,58	76,93	523,96

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Keptas su garais jautienos paplotėlis, užkeptas sūriu ir marinuotais agurkais (tausojantis)	12-7/14IT 4	110	22,28	14,58	3,84	235,73
II- Bulvių plokštainis su nesaldintu jogurtu (tausojantis)	4-8/170 4	170/25	8,29	6,25	36,95	237,20
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,20
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	SMP 287-2	120	3,97	0,51	38,58	174,79
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A 4	110	2,08	7,84	9,71	117,73
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,40	6,00
Iš viso: I variantas			35,24	30,71	91,14	782,60
Iš viso: II variantas			18,06	30,87	86,51	697,48

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Virti virtinukai (9%) su pilno grūdo miltais (tausojantis)	15-1/8 4	140 (120/20)	19,37	10,88	10,84	218,73
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 4	40	1,04	12,00	1,12	117,60
Trintos uogos	18/19 3	25	1,48	5,25	12,50	92,00
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			21,89	28,13	24,46	428,33
Iš viso I (dienos davinio):			73,87	75,42	192,53	1734,89
Iš viso II (dienos davinio):			56,69	75,58	187,90	1649,77

Dalia Paunksnė

D. Paunksnė

11-18 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Penktadienis
----------------------------	-----------	--------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)		350	9,91	6,04	50,87	297,48
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3,00	5,88	66,84
Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,84	9,74	78,51	461,06

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT 1	150	1,91	4,75	11,38	95,88
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Vištiesos troškiny su daržovėmis ir grietinėle (tausojantis)	10-5/112T 6	130	24,12	10,75	26,42	298,94
II- Kepta su garais liesa (menkė, lydeka) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/144T 4	110	20,52	0,37	0,02	85,49
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 5	200	5,98	5,09	45,80	252,94
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 5	150	1,92	14,61	8,42	172,84
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 3	70	0,56	0,14	1,61	9,94
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	SMP 30/1 1	200	0,40	0,00	1,40	8,00
Iš viso: I variantas			36,63	38,66	103,87	910,98
Iš viso: II variantas			27,04	23,20	31,66	444,59

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Lietiniai su sūriu	SMP 7-8/ 200 2	120/80	17,19	20,48	24,44	353,87
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,20
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			17,97	29,48	25,28	442,07
Iš viso I (dienos davinio):			69,44	77,88	207,66	1814,11
Iš viso II (dienos davinio):			59,85	62,42	135,45	1347,72

Direktore
Dalia Danckienė
Danckiene

Technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Pirmadienis
----------------------------	------------	-------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/42AT 3	250	6,83	4,00	36,77	210,42
Varškė (9 %) su kefyru (2,5 %) ir trintais vaisiais/uogomis	15-1/2 5	150(85/45/15)	15,12	8,76	14,12	195,78
Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0,52	0,52	16,90	74,36
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			22,47	13,28	67,79	480,56

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Kreminė moliūgų sriuba su sėklomis (augalinis)(tausojantis)	SMP 1-3/001AT	150	1,04	8,46	5,95	106,98
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Keptas su garais kalakutienos kukulaitis (tausojantis)	10-7/141T 4	120	27,46	8,73	7,08	216,71
II-Pilno grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T 6	200	10,97	12,00	45,25	332,91
Pilno grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT 1	150	6,93	2,98	36,84	201,85
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A 5	130	1,15	9,24	8,06	120,01
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,40	45,76
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,40	6,00
Iš viso: I variantas			38,38	30,05	78,29	740,35
Iš viso: II variantas			14,96	30,34	79,62	654,70

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Varškės apkepas (9%) (tausojantis)	7-8/169T 4	160	20,00	13,70	33,31	336,52
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 5	40	1,04	12,00	1,12	117,60
Trintos uogos (aviėtės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 4	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			21,31	25,82	37,34	467,92
Iš viso: I (dienos davinio):			82,17	69,14	183,41	1688,83
Iš viso: II (dienos davinio):			58,74	69,44	184,75	1603,18

Direktore
Dalia Paunksnė
Paunksnė

Technologė
Oлга Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Antradienis
-----------------------------------	-------------------	--------------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Omletas (tausojantis)	8-8/162T 5	160	18,23	18,09	16,13	300,24
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2,22	0,48	12,84	64,56
Traškios morkytės	18/21 1	80	0,80	0,16	6,96	32,48
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			21,73	19,21	51,53	465,92

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4,33	1,86	18,60	108,43
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Garuose kepta kiaulienos sprandinė su morkomis ir poromis (tausojantis)	11-5/102T 5	150(100/50)	37,24	21,54	9,89	382,40
II- Žemaičiai su daržovėmis (2vnt.) (tausojantis)	4-8/160T 8	240	29,24	19,04	59,32	525,57
Nesaldintas jogurtas (2.5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T 4	110	1,90	3,27	17,14	105,62
Tarkuotos šviežios morkos su citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 5	150	3,41	14,92	14,54	206,03
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,80	8,00
Iš viso: I variantas			48,98	45,27	82,51	934,40
Iš viso: II variantas			36,72	24,97	89,91	732,23

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Viso grūdo spelta miltų sklindžiai (tausojantis)	6-8/161T 3	250 (150/100)	8,30	4,18	41,71	237,62
Trintos uogos	16-8/166 5	100	5,52	3,07	32,39	179,32
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 8	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			13,82	7,25	74,10	416,94
Iš viso I (dienos davinio):			84,53	71,73	208,14	1817,27
Iš viso: II (dienos davinio):			72,27	51,43	215,54	1615,09

Direktorė
Dalia Paunksnė

Technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams

II savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/36AT 4	250	6,34	5,43	68,54	348,37
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0,52	0,52	16,90	74,36
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,13	6,07	88,35	436,53

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT 1	150	3,84	3,29	14,85	104,34
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)	10-5/113T 3	100/10	25,61	7,66	2,74	182,32
II- Cukinijų, morkų, bulvių blynėliai (augalinis) (tausojantis)	4-5/107T 7	200	5,69	3,21	44,79	230,84
Biri grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T 5	110	6,54	4,28	35,60	207,02
Virtų burokėlių salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 4	150	1,46	14,65	15,12	198,18
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,40	45,76
Stalo vanduo paskanintas greipfrutais	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00
Iš viso I variantas			31,51	14,59	88,54	814,07
Iš viso II variantas			13,05	24,79	95,00	655,57

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Bulvių plokštainis (tausojantis)	4-8/170 4	170/25	8,29	6,25	36,95	237,20
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 5	40	1,04	12,00	1,12	117,60
Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3,00	5,88	66,84
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 20	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso			13,41	21,25	43,95	421,64
Iš viso I (dienos davinio):			52,05	41,91	220,85	1672,23
Iš viso II (dienos davinio):			33,59	52,11	227,30	1513,73

Direktorė
Dalia Paunksnė

Technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Ketvirtadienis
-----------------------------------	-------------------	-----------------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Trijų grūdų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/58T 3	200	8,38	5,45	32,99	214,55
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Viso grūdo bandelė (cukrų iki 16g/100g)	18/72 1	50	3,85	4,10	6,50	175,00
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,71	10,03	55,09	458,19

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiršta pomidorų ir ryžių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT 1	150	8,48	4,33	23,72	167,77
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Troškintos jautienos juostelės svogūnų-grietinės padaže (tausojantis)	12-5/100T 3	130 (80/50)	22,87	14,36	5,56	242,98
II- Lazanija su daržovėmis (tausojantis)	SMP 4-8/203 1	200	9,97	10,42	23,97	230,86
Morkų, svogūnų, česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 2	50	0,63	3,59	4,65	53,38
Orkaitėje keptos bulvės su rozmarinu (augalinis) (tausojantis)	4-8/159AT 5	100	1,96	3,08	17,94	107,34
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 5	120	1,27	2,63	8,06	61,01
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,40	45,76
Stalo vanduo paskanintas agurkais	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	0,20	2,00
Iš viso I variantas			34,90	28,04	74,72	699,31
Iš viso II variantas			22,41	24,61	79,84	633,22

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Trapios tešlos pyragėlis su mėsa		120	12,84	24,48	39,24	432,00
Daržovių sultinys (pagrindas sriuboms) (augalinis) (tausojantis)	1-3/19AT 1	120	0,59	0,17	2,98	15,72
Viso			13,43	24,65	42,22	447,72
Iš viso I (dienos davinio):			61,04	62,72	172,03	1605,22
Iš viso II (dienos davinio):			48,54	59,29	177,15	1539,13

Direktorė
Dalia Paunksnė

technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Penktadienis
-----------------------------------	-------------------	---------------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/54T 3	250	8,31	7,12	40,53	259,40
Džiovintos spanguolės	18/100 2	20	0,06	0,02	17,20	69,22
Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,05	7,82	79,83	425,86

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT 1	150	2,10	4,82	17,28	120,89
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Keptas orkaitėje vištienos šlaunelių mėsos kepsnys kukurūzų apvalkale (tausojantis)	9-8/165T 4	110	19,72	6,86	11,23	185,55
II- Garuose keptas žuvies maltinis (tausojantis)	9-8/165T 4	110	19,72	6,86	11,23	185,55
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	3-3/57T 2	150	3,81	3,26	41,24	209,52
Šviežių kopūstų, morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/20A	150	1,43	9,31	12,25	138,52
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,40	45,76
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	SMP 30/1 1	200	0,20	0,00	1,20	6,00
Iš viso I variantas			29,32	27,89	102,44	778,68
Iš viso II variantas			29,32	27,89	102,44	778,68

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Lietiniai blynai	7-8/163 4	100/50	13,96	11,11	28,10	268,23
Trintos uogos	SMP 18/200 5	40	1,04	12,00	1,12	117,60
Vaisių salotos	15-1/7A 3	120	2,34	4,27	23,45	141,55
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			17,34	27,38	52,68	527,38
Iš viso I (dienos davinio):			55,71	63,08	234,95	1731,93
Iš viso II (dienos davinio):			55,71	63,08	234,95	1731,93

Direktorė
Dalia Paunksnė

Wacmhue

Technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Pirmadienis
----------------------------	-------------	-------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Sveikuoliški sausi pusryčiai		80	6,32	0,96	68,00	308,80
Pienas (2,5%)	18/3 4	120	4,08	3,00	5,88	66,84
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,88	4,44	89,48	444,28

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Kreminė daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/21AT 2	150	2,71	6,39	14,55	126,53
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Plovas su kalakutiena (tausojantis)	10-5/105T 4	160	21,35	6,84	11,15	191,51
II- Perlinių kruopų rizoto su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	5-5/107AT 7	300 (90/150/60)	17,05	10,88	74,78	465,26
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	SMP 30/1 1	200	0,40	0,00	1,40	8,00
Iš viso I variantas			26,56	16,90	47,64	449,96
Iš viso II variantas			22,26	20,95	111,28	723,71

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (tausojantis)	3-6/120 7	210	13,10	18,16	57,25	444,86
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,20
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 4	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			14,15	27,28	61,00	546,86
Iš viso I (dienos davinio):			51,59	48,62	198,12	1441,10
Iš viso II (dienos davinio):			47,29	52,67	261,76	1714,85

Direktoriė
Dalia Paunksnė

Technologė
Oga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Antradienis
----------------------------	-------------	-------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiršta manų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/47T 4	300	12,43	6,98	53,80	327,77
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 4	150	3,89	0,49	11,22	64,84
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,07	8,07	83,53	475,05

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1,43	3,14	10,68	76,72
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 4	130	26,00	5,18	1,45	156,41
II- Lietiniai su varške (tausojantis)	SMP 4-8/201 2	200	18,63	18,18	32,37	359,37
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Virtos Bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis)	SMP 3-3/200 2	120	7,40	3,76	45,56	232,18
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 4	130	1,43	6,72	5,11	86,56
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00
Iš viso I variantas			38,35	22,48	84,34	679,79
Iš viso II variantas			24,37	40,72	70,54	738,77

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Žemaičių blynai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	SMP - 1512 - 2	210	19,58	9,93	38,07	319,95
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 5	40	1,04	12,00	1,12	117,60
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 20	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			20,62	21,93	39,19	437,55
Iš viso I (dienos davinio):			76,04	52,48	207,05	1592,39
Iš viso II (dienos davinio):			62,06	70,72	193,25	1651,37

Direktorė
Dalia Pauksnė

[Handwritten signature]

Technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Trečiadienis
-----------------------------------	--------------------	---------------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T 5	200	11,13	6,47	58,74	337,73
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 3	20	5,76	5,60	0,02	73,52
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,37	12,55	74,36	479,89

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Ankštinių daržovių sriuba su žalumynais (augalinis) (tausojantis)	SMP1 1-3/200AT 1	150	4,68	2,52	13,97	98,00
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Troškinta jautiena su morkų griežinėliais (tausojantis)	12-5/102T 4	210(134/76)	36,29	8,46	10,18	262,05
II- Bulviniai blynai (tausojantis)	SMP 4-8/202 2	180	6,17	14,27	40,05	304,70
Jogurtinis padažas (2.5%) su žalumynais	14-1/2 4	50	2,24	6,09	4,08	80,08
Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 5	140	2,41	4,17	21,82	134,42
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT 7	130	1,94	7,92	11,62	125,52
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00
Iš viso I variantas			47,42	26,75	79,13	747,91
Iš viso II variantas			17,13	34,48	91,26	736,22

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Virti varškėčiai (9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T 8	170	21,97	10,65	40,85	347,07
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,20
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			23,02	19,77	44,60	449,07
Iš viso I (dienos davinio):			87,81	59,07	198,09	1676,87
Iš viso II (dienos davinio):			57,52	66,79	210,22	1665,18

Direktorė
Dalia Paunksnė

Dalia Paunksnė

Technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Ketvirtadienis
-----------------------------------	--------------------	-----------------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T 4	300	11,73	7,69	55,25	337,11
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,21	8,17	70,85	405,75

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT 1	150	3,01	4,95	24,20	153,42
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	10-5/101T 4	160 (60/100)	19,38	6,40	12,19	183,85
Morkų ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 4	150	3,41	14,91	14,54	206,03
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu -rauginti agurkai)	18/22 2	60	0,48	0,12	1,38	8,52
II- Vanilinis varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/170T 6	250(125/125)	28,75	17,82	43,44	449,16
Nesaldintas jogurtas (2.5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,40	6,00
Iš viso I variantas			28,02	29,70	62,55	630,26
Iš viso II variantas			35,18	26,96	82,14	712,61

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Lietiniai su kumpiu ir sūriu	SMP 7-8/ 200 1	100/60	17,19	20,48	24,44	353,87
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,20
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			17,97	29,48	25,28	442,07
Iš viso I (dienos davinio):			58,20	67,35	158,68	1478,08
Iš viso II (dienos davinio):			65,36	64,61	178,27	1560,43

Direktorė
Dalia Paunksytė

Technologė
Olga Kostygova

11-18 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Penktadienis
----------------------------	-------------	--------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avižų kruopų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T 4	300	9,67	7,19	50,15	304,01
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0,52	0,52	16,90	74,36
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,46	7,83	69,96	392,17

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Špinatų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT 2	150	1,08	1,72	9,05	55,93
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 2	10	0,26	3,00	0,28	29,40
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Virti pilno grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis)	9-7/146T 3	100	33,12	7,95	11,18	248,78
II- Kapotos žuvies kepsnelis (lydeka, menkė) (tausojantis)	SMP - 11-5/101T 5	200 (150/50)	17,37	4,84	42,18	316,43
Pilno grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT 1	150	6,93	2,98	36,84	201,85
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 7	160	1,90	8,38	5,99	106,97
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,40	45,76
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	SMP 30/1 1	200	0,00	0,00	1,80	8,00
Iš viso:			45,09	24,66	84,09	739,73
Iš viso II variantas			22,41	18,58	78,26	605,53

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Omletas su pomidorais (tausojantis)	8-8/161T 4	160	13,68	12,34	4,15	182,37
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2,22	0,48	12,84	64,56
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,70	51,48
Vaisių (bananai, apelsinai, persikai, kivi ir t.t.) salotos (augalinis)	15-1/7A 3	120	2,34	4,27	23,45	141,55
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 8	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso			18,60	17,45	52,14	439,96
Iš viso I (dienos davinio):			74,14	49,94	206,20	1571,86
Iš viso II (dienos davinio):			51,46	43,85	200,36	1437,66

Direktorė
Dalia Pauksnitė

Technologė
Oiga Kostyгова