

## Jonavos Jeronimo Ralio gimnazija

Žeimių g. 20, Jonava  
(istaigos pavadinimas, adresas)

### 20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 metų ir vyresni.

(amžiaus grupė)

**1 Savaitė, Pirmadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Rūgštynių sriuba (tausojantis)(augalinis). (G)*	SR-10	150.00	13.64	1.79	3.84	96	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Kiauliena su troškintais kopūstais (tausojantis)120/130 (P)*	K-15	250.00	19.02	29.43	48.03	626	1.50
Kiaulienos (mentės) maltinukas (tausojantis) (G, K)*	K-2	150.00	8.20	25.99	31.30	418	1.30
Varškės kukuliai (tausojantis) (K, P)*	Va-16	250.00	38.42	33.27	19.89	466	1.10
Grietinės padažas (P, G)*	P-3	40.00	2.14	0.71	10.13	103	0.20
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis),	Gar-03	150.00	41.59	7.56	6.53	255	0.30
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis).	Sal-06	100.00	4.49	1.21	5.93	76	0.50
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Sal-011	100.00	9.38	1.17	9.54	128	0.40
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Ropės	D-7	60.00	4.92	0.66	0.18	24	0.40
Obuoliai	V-1	200.00	26.00	0.80	0.80	114	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	G-01	200.00	9.80	6.80	5.00	111	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**1 Savaitė, Antradienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Barščių sriuba (burokėl,mork,kopūs) (augalinis) (tausojantis)	SR-14	150.00	11.19	1.55	2.81	76	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Troškinta paukštiena su morkomis, svogūnais ir paprikomis (tausojantis). (G, P)*	KP-01	200.00	9.99	41.84	16.98	360	1.70
Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa (tausojantis) (K)*	KP-06	150.00	6.77	51.22	18.58	399	1.40
Orkaitėje kepti lietiniai blynai su bananais 140/80 (tausojantis) (G, K, P)*	M-07	220.00	50.24	12.59	17.47	409	0.70
Graikiškas jogurtas	Pad-3	40.00	1.60	2.80	1.60	32	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	Gar-1	150.00	24.22	3.43	13.06	228	0.30
Kopūstų, morkų salotos (augalinis)	Sal-012	100.00	10.35	1.32	6.75	107	0.30
Raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	Sal-2	100.00	5.24	0.81	7.75	94	0.40
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Marinuoti agurkai	D-02	60.00	2.12	0.32	0.04	10	0.20
Kriaušės	V-4	200.00	26.80	0.80	0.60	116	0.40

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**1 Savaitė, Trečiadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Lęšių sriuba su bolivine balanda (ankštinis) (augalinis) (tausojantis)	SR-2	150.00	19.95	6.93	3.66	140	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis), (G, K)*	K-01	140.00	9.30	31.99	22.03	363	1.50
Užkepti kiaulienos kotletai (tausojantis). (G, K)*	K-008	150.00	11.79	27.38	20.72	343	1.30
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (P, K, G)*	Va-2	220.00	44.66	36.66	22.81	531	1.10
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis),	Gar-03	150.00	41.59	7.56	6.53	255	0.30
Ropių, morkų ir obuolių salotos (augalinis)	Sal-014	100.00	11.18	0.91	5.03	94	0.50
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis)	Sal-7	100.00	10.23	2.26	11.68	155	0.40
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Obuoliai	V-1	200.00	26.00	0.80	0.80	114	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**1 Savaitė, Ketvirtadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Žirnių sriuba (ankštinis) (tausojantis) (augalinis).	SR-009	150.00	26.33	7.83	3.07	164	0.10
Lietuviški šaltibarščiai ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	Šal-01	200.00	10.88	8.15	5.94	130	0.60
Grietinė 30% . ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Konvekciniėje krosnelėje kepta jūros lydeka (tausojantis) ( <b>K, G, Ž</b> ) <sup>*</sup>	Ž-1	150.00	11.21	29.50	12.27	273	1.70
Lietiniai blynai su vištiena 160/80 (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	M-5	240.00	37.25	39.77	24.81	531	1.10
Žemaičių blynai su mėsa 170/50 g ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>	Bul-02	220.00	57.13	14.83	23.55	500	0.70
Agurkinis padažas ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	P-2	50.00	2.70	0.68	10.69	110	0.20
Grietinės 30% - pomidorų padažas ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	P-1	50.00	4.65	1.19	10.86	121	0.20
Traškios bulvytės (tausojantis)(augalinis)	Gar-014	150.00	31.17	3.42	8.55	215	0.20
Burokėliai su užpilu (augalinis)	Sal-9	100.00	12.60	1.76	7.67	126	0.30
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	Sal-3	100.00	11.35	1.42	4.89	95	0.30
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Ropės	D-7	60.00	4.92	0.66	0.18	24	0.40
Mandarinai	V-3	200.00	18.80	1.40	0.60	86	0.50

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**1 Savaitė, Penktadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Daržovių sriuba (tausojantis)(augalinis)	SR-4	150.00	8.68	1.62	2.54	64	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Kepta viščiukų krūtinėlės filė (tausojantis) (G, K)*	KP-4	140.00	11.16	35.86	10.92	286	1.40
Vištienos kepinukai (tausojantis) (K)*	KP-2	150.00	14.52	35.37	12.52	312	1.40
Sklindžiai su varške 9 % (G, K, P)*	M-2	220.00	72.77	22.69	18.59	549	0.60
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Daržovių salotos (pekino kopūstai, agurkai, pomidorai, paprikos, porai)	Sal-1	100.00	4.57	1.30	4.98	68	0.60
Morkų salotos su citrina (augalinis)	Sal-8	100.00	9.37	1.11	9.63	129	0.40
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Obuoliai	V-1	200.00	26.00	0.80	0.80	114	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	G-01	200.00	9.80	6.80	5.00	111	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**2 Savaitė, Pirmadienis**

**Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis).	SR-11	150.00	10.15	1.50	2.76	71	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Plovas su kalakutiena 170/80 (tausojantis) (P)*	K-08	250.00	46.85	27.20	16.95	449	1.30
Kiaulienos kepinukai (tausojantis) (K)*	K-10	150.00	16.04	28.91	17.79	340	1.20
Jogurtiniai blynėliai (G, K)*	M-04	220.00	79.37	25.51	19.80	598	1.10
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis),	Gar-03	150.00	41.59	7.56	6.53	255	0.30
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis).	Sal-06	100.00	4.49	1.21	5.93	76	0.50
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos (augalinis)	Sal-013	100.00	4.49	1.07	6.57	81	0.40
Morkų lazdelės.	D-04	60.00	5.22	0.60	0.12	24	0.10
Švieži agurkai	D-6	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Paprika.	D-01	60.00	3.96	0.78	0.30	22	0.30
Mandarinai	V-3	200.00	18.80	1.40	0.60	86	0.50

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**2 Savaitė, Antradienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)(augalinis)	SR-8	150.00	20.13	4.86	2.36	121	0.20
Lietuviški šaltibarščiai ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	Šal-01	200.00	10.88	8.15	5.94	130	0.60
Grietinė 30% . ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Lašišos ir jūrinių lydekos kotletai (tausojantis). ( <b>G, Ž, K, P</b> ) <sup>*</sup>	Ž-04	90.00	7.44	16.05	12.11	203	2.00
Balandėliai su mėsa 150/90 (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	K-9	240.00	17.77	21.75	16.35	305	1.00
Varškės kukuliai (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	Va-16	250.00	38.42	33.27	19.89	466	1.10
Grietinės padažas ( <b>P, G</b> ) <sup>*</sup>	P-3	40.00	2.14	0.71	10.13	103	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Traškios bulvytės (tausojantis)(augalinis)	Gar-014	150.00	31.17	3.42	8.55	215	0.20
Burokėliai su užpilu (augalinis)	Sal-9	100.00	12.60	1.76	7.67	126	0.30
Kopūstų, morkų salotos (augalinis)	Sal-012	100.00	10.35	1.32	6.75	107	0.30
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Švieži agurkai	D-6	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Kriaušės	V-4	200.00	26.80	0.80	0.60	116	0.40

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)



**2 Savaitė, Trečiadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Rūgštynių sriuba (tausojantis)(augalinis). (G)*	SR-10	150.00	13.64	1.79	3.84	96	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Traški vištienos filė (tausojantis). (K)*	KP-09	150.00	22.73	33.48	12.57	338	1.60
Vištienos maltinukas (tausojantis). (G, K)*	KP-03	150.00	19.60	46.48	18.50	431	1.30
Lietiniai blynai su varške 160/80 (tausojantis) (G, K, P)*	M-3	240.00	52.92	22.72	23.27	512	0.80
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	Sal-3	100.00	11.35	1.42	4.89	95	0.30
Morkų salotos su citrina (augalinis)	Sal-8	100.00	9.37	1.11	9.63	129	0.40
Paprika.	D-01	60.00	3.96	0.78	0.30	22	0.30
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Apelsinai	V-2	200.00	22.00	1.60	0.40	98	0.50

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**2 Savaitė, Ketvirtadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Pomidorinė ryžių sriuba (tausojantis) (augalinis)	SR-5	150.00	16.79	2.32	6.27	133	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Virtos dešrelės	K-22	180.00	1.62	12.42	49.14	498	1.00
Kiaulienos (mentės) maltinukas (tausojantis) (G, K)*	K-2	150.00	8.20	25.99	31.30	418	1.30
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (P, K, G)*	Va-2	220.00	44.66	36.66	22.81	531	1.10
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis). (G)*	Gar-4	150.00	34.60	4.51	6.43	214	0.20
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	Gar-1	150.00	24.22	3.43	13.06	228	0.30
Daržovių salotos (pekino kopūstai, agurkai, pomidorai, paprikos, porai)	Sal-1	100.00	4.57	1.30	4.98	68	0.60
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis)	Sal-7	100.00	10.23	2.26	11.68	155	0.40
Ropės	D-7	60.00	4.92	0.66	0.18	24	0.40
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Bananai	V-5	200.00	46.20	2.40	0.60	200	0.50

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**2 Savaitė, Penktadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Agurkinė sriuba (tausojantis)(augalinis). ( <b>G</b> )*	SR-1	150.00	31.05	4.01	3.32	170	0.20
Grietinė 30% . ( <b>P</b> )*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa (tausojantis) ( <b>K</b> )*	KP-06	150.00	6.77	51.22	18.58	399	1.40
Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru 180/60	Bul-01	240.00	52.67	17.59	15.51	421	0.80
Sklindžiai su varške 9 % ( <b>G, K, P</b> )*	M-2	240.00	79.39	24.75	20.28	599	0.60
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Daržovių salotos (pekino kopūstai, agurkai, pomidorai, paprikos, porai)	Sal-1	100.00	4.57	1.30	4.98	68	0.60
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis)	Sal-7	100.00	10.23	2.26	11.68	155	0.40
Ropės	D-7	60.00	4.92	0.66	0.18	24	0.40
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Bananai	V-5	200.00	46.20	2.40	0.60	200	0.50
Kefyras 2,5% ( <b>P</b> )*	G-01	200.00	9.80	6.80	5.00	111	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**3 Savaitė, Pirmadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Pupelių sriuba (ankštinis)(augalinis) (tausojantis).	SR-13	150.00	16.95	4.42	3.05	113	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Virti makaronai su vištiena ir daržovėmis 220/60 (tausojantis). (P)*	KP-08	280.00	55.09	24.04	8.34	392	1.40
Kiaulienos (mentės) maltinukas (tausojantis) (G, K)*	K-2	150.00	8.20	25.99	31.30	418	1.30
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis) (G, K, P)*	Va-06	220.00	54.37	37.64	21.45	561	1.20
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Daržovių salotos (pekino kopūstai, agurkai, pomidorai, paprikos, porai)	Sal-1	100.00	4.57	1.30	4.98	68	0.60
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis)	Sal-7	100.00	10.23	2.26	11.68	155	0.40
Ropės	D-7	60.00	4.92	0.66	0.18	24	0.40
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Mandarinai	V-3	200.00	18.80	1.40	0.60	86	0.50

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**3 Savaitė, Antradienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis),	SR-3	150.00	8.70	1.42	2.84	66	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Varškės 9% pudingas (tausojantis) (G, K, P)*	Va-4	240.00	31.19	32.60	36.26	582	1.30
Traški vištienos filė (tausojantis). (K)*	KP-09	150.00	22.73	33.48	12.57	338	1.60
Padaže troškinta kalakutiena (tausojantis) (G, P)*	P-05	180.00	17.16	34.88	17.27	364	1.70
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	Gar-1	150.00	24.22	3.43	13.06	228	0.30
Kopūstų, morkų salotos (augalinis)	Sal-012	100.00	10.35	1.32	6.75	107	0.30
Morkų salotos su citrina (augalinis)	Sal-8	100.00	9.37	1.11	9.63	129	0.40
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Ropės	D-7	60.00	4.92	0.66	0.18	24	0.40
Apelsinai	V-2	200.00	22.00	1.60	0.40	98	0.50

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**3 Savaitė, Trečiadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Rūgštynių sriuba (tausojantis)(augalinis). ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	SR-10	150.00	13.64	1.79	3.84	96	0.20
Grietinė 30% . ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Vištienos kepinukai (tausojantis) ( <b>K</b> ) <sup>*</sup>	KP-2	150.00	14.52	35.37	12.52	312	1.40
Plovas su kalakutiena 170/80 (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	K-08	250.00	46.85	27.20	16.95	449	1.30
Sklindžiai su varške 9 % ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	M-2	220.00	72.77	22.69	18.59	549	0.60
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis),	Gar-03	150.00	41.59	7.56	6.53	255	0.30
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis).	Sal-06	100.00	4.49	1.21	5.93	76	0.50
Morkų salotos su citrina (augalinis)	Sal-8	100.00	9.37	1.11	9.63	129	0.40
Marinuoti agurkai	D-02	60.00	2.12	0.32	0.04	10	0.20
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Bananai	V-5	200.00	46.20	2.40	0.60	200	0.50

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**3 Savaitė, Ketvirtadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis). (P)*	SR-12	150.00	11.30	1.51	6.13	106	0.30
Lietuviški šaltibarščiai (K, P)*	Šal-01	200.00	10.88	8.15	5.94	130	0.60
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Karališki balandėliai su kiauliena (tausojantis).	K-04	180.00	6.63	34.98	20.91	355	1.40
Virtų bulvių cepelinai su mėsa 180/70 (tausojantis). (K)*	Bul-5	250.00	50.53	27.96	7.44	381	0.80
Bananiniai ir obuoliniai blynėliai (G, K, P)*	M-06	220.00	73.75	13.47	19.55	525	0.70
Grietinės padažas (P, G)*	P-3	40.00	2.14	0.71	10.13	103	0.20
Graikiškas jogurtas	Pad-3	50.00	2.00	3.50	2.00	40	0.20
Traškios bulvytės (tausojantis)(augalinis)	Gar-014	150.00	31.17	3.42	8.55	215	0.20
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis).	Sal-06	100.00	4.49	1.21	5.93	76	0.50
Burokėliai su užpilu (augalinis)	Sal-9	100.00	12.60	1.76	7.67	126	0.30
Švieži agurkai	D-6	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Ropės	D-7	60.00	4.92	0.66	0.18	24	0.40
Kriaušės	V-4	200.00	26.80	0.80	0.60	116	0.40

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**3 Savaitė, Penktadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Agurkinė sriuba (tausojantis)(augalinis). (G)*	SR-1	150.00	31.05	4.01	3.32	170	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Konvekcinėje krosnelėje kepta jūros lydeka (tausojantis) (K, G, Ž)*	Ž-1	150.00	11.21	29.50	12.27	273	1.70
Lietiniai blynai su vištiena 160/80 (tausojantis) (G, K, P)*	M-5	240.00	37.25	39.77	24.81	531	1.10
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (P, K, G)*	Va-2	220.00	44.66	36.66	22.81	531	1.10
Agurkinis padažas (K, P)*	P-2	50.00	2.70	0.68	10.69	110	0.20
Grietinės 30% - pomidorų padažas (G, P)*	P-1	50.00	4.65	1.19	10.86	121	0.20
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Kopūstų, morkų salotos (augalinis)	Sal-012	100.00	10.35	1.32	6.75	107	0.30
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir marinuotais agurkais (augalinis)	Sal-4	120.00	10.58	2.17	8.07	124	0.30
Paprika.	D-01	60.00	3.96	0.78	0.30	22	0.30
Marinuoti agurkai.	D-2	60.00	2.12	0.32	0.04	10	0.20
Obuoliai	V-1	200.00	26.00	0.80	0.80	114	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	G-01	200.00	9.80	6.80	5.00	111	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)



**4 Savaitė, Pirmadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Pomidorinė ryžių sriuba (tausojantis) (augalinis)	SR-5	150.00	16.79	2.32	6.27	133	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Traški vištiena (tausojantis) (K)*	KP-5	140.00	22.89	32.11	6.33	277	1.60
Plovas su kiauliena 170/80 g. (tausojantis) (P)*	K-07	250.00	47.29	24.77	20.03	469	1.10
Varškės kukuliai (tausojantis) (K, P)*	Va-16	250.00	38.42	33.27	19.89	466	1.10
Grietinės padažas (P, G)*	P-3	40.00	2.14	0.71	10.13	103	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Daržovių salotos (pekino kopūstai, agurkai, pomidorai, paprikos, porai)	Sal-1	100.00	4.57	1.30	4.98	68	0.60
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis)	Sal-7	100.00	10.23	2.26	11.68	155	0.40
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Obuoliai	V-1	200.00	26.00	0.80	0.80	114	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**4 Savaitė, Antradienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Kvietinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	SR-6	150.00	20.22	3.17	3.17	122	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Užkepti kiaulienos kotletai (tausojantis). (G, K)*	K-008	150.00	11.79	27.38	20.72	343	1.30
Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis), (G, K)*	K-01	140.00	9.30	31.99	22.03	363	1.50
Lietiniai blynai su varške 160/80 (tausojantis) (G, K, P)*	M-3	240.00	52.92	22.72	23.27	512	0.80
Grietinė 30% (P)*	P-7	40.00	1.24	0.93	12.00	117	0.20
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis),	Gar-03	150.00	41.59	7.56	6.53	255	0.30
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir marinuotais agurkais (augalinis)	Sal-4	120.00	10.58	2.17	8.07	124	0.30
Kopūstų salotos su morkomis ir moliūgų sėklomis (augalinis)	Sal-5	100.00	14.08	2.23	7.66	134	0.40
Paprika.	D-01	60.00	3.96	0.78	0.30	22	0.30
Marinuoti agurkai	D-02	60.00	2.12	0.32	0.04	10	0.20
Bananai	V-5	200.00	46.20	2.40	0.60	200	0.50
Kefyras 2,5% (P)*	G-01	200.00	9.80	6.80	5.00	111	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**4 Savaitė, Trečiadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis).	SR-11	150.00	10.15	1.50	2.76	71	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Konvekciniėje krosnelėje kepta jūros lydeka (tausojantis) (K, G, Ž)*	Ž-1	150.00	11.21	29.50	12.27	273	1.70
Plovos su vištiena 170/80 (tausojantis)	KP-07	250.00	47.91	29.47	14.85	443	1.20
Varškės 9% pudingas (tausojantis) (G, K, P)*	Va-4	240.00	31.19	32.60	36.26	582	1.30
Agurkinis padažas (K, P)*	P-2	50.00	2.70	0.68	10.69	110	0.20
Grietinė 30% (P)*	P-7	40.00	1.24	0.93	12.00	117	0.20
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri ryžių košė (tausojantis)(augalinis)	Gar-5	150.00	42.09	4.84	4.88	232	0.30
Morkų salotos su citrina (augalinis)	Sal-8	100.00	9.37	1.11	9.63	129	0.40
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos (augalinis)	Sal-013	100.00	4.49	1.07	6.57	81	0.40
Obuoliai	V-1	200.00	26.00	0.80	0.80	114	0.20
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Marinuoti agurkai	D-02	60.00	2.12	0.32	0.04	10	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**4 Savaitė, Ketvirtadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Agurkinė sriuba (tausojantis)(augalinis). (G)*	SR-1	150.00	31.05	4.01	3.32	170	0.20
Lietuviški šaltibarščiai (K, P)*	Šal-01	200.00	10.88	8.15	5.94	130	0.60
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa (tausojantis) (K)*	KP-06	150.00	6.77	51.22	18.58	399	1.40
Balandėliai su mėsa 150/90 (tausojantis) (P)*	K-9	240.00	17.77	21.75	16.35	305	1.00
Jogurtiniai blynėliai (G, K)*	M-04	220.00	79.37	25.51	19.80	598	1.10
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis),	Gar-03	150.00	41.59	7.56	6.53	255	0.30
Traškios bulvytės (tausojantis)(augalinis)	Gar-014	150.00	31.17	3.42	8.55	215	0.20
Daržovių salotos (pekino kopūstai, agurkai, pomidorai, paprikos, porai)	Sal-1	100.00	4.57	1.30	4.98	68	0.60
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Sal-011	100.00	9.38	1.17	9.54	128	0.40
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Apelsinai	V-2	200.00	22.00	1.60	0.40	98	0.50

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

**4 Savaitė, Penktadienis****Pietūs 10:30 - 14:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Angliavandeniai, g	Baltymai, g	Riebalai, g		
Barščių sriuba (burokėl, mork, kopūs) (augalinis) (tausojantis)	SR-14	150.00	11.19	1.55	2.81	76	0.20
Grietinė 30% . (P)*	P-07	20.00	0.62	0.47	6.00	58	0.10
Ruginė duona	Duo-1	40.00	18.92	2.32	0.40	89	0.20
Kiaulienos kepinukai (tausojantis) (K)*	K-10	150.00	16.04	28.91	17.79	340	1.20
Bulvių plokštainis su vištiena (K, P)*	Bul-04	250.00	53.57	30.92	14.07	465	0.90
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (P, K, G)*	Va-2	220.00	44.66	36.66	22.81	531	1.10
Grietinė 30% (P)*	P-7	40.00	1.24	0.93	12.00	117	0.20
Trintos šaldytos uogos	P-4	50.00	8.40	0.60	0.30	39	0.20
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis). (G)*	Gar-4	150.00	34.60	4.51	6.43	214	0.20
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis).	Sal-06	100.00	4.49	1.21	5.93	76	0.50
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis)	Sal-7	100.00	10.23	2.26	11.68	155	0.40
Pomidorai .	D-03	60.00	2.46	0.60	0.12	13	0.20
Švieži agurkai.	D-06	60.00	1.38	0.48	0.12	9	0.20
Mandarinai	V-3	200.00	18.80	1.40	0.60	86	0.50
Kefyras 2,5% (P)*	G-01	200.00	9.80	6.80	5.00	111	0.20

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)