

## Jonavos Jeronimo Ralio gimnazija

Žeimių g. 20, Jonava

(įstaigos 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.   | Išėiga, 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    | 12                          | 1.68        | 5.65        | 106                  | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                   | Duo-01    | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Užkepti kiaušienos kotletai (tausojantis). (G, K)*              | K-008     | 150.00    | 12.85                       | 27.57       | 22.89       | 368                  | 1.20  |
| Kiaušienos nugarinės kepsnys (tausojantis) (G, K)*              | K-1       | 150.00    | 10.12                       | 33.36       | 31.38       | 456                  | 1.40  |
| Blynėliai su varške 9 % (G, K, P)*                              | M-2       | 220.00    | 72.81                       | 22.69       | 18.59       | 549                  | 0.80  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                                        | P-007     | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                          | P-4       | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)               | Gar-3     | 200.00    | 55.45                       | 10.08       | 9.01        | 343                  | 0.40  |
| Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis) (P)*     | AMLTN-17B | 200.00    | 50.74                       | 7.24        | 9.37        | 316                  | 0.30  |
| Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis)          | Sal-16    | 120.00    | 4.77                        | 1.3         | 7.08        | 88                   | 0.70  |
| Morkų salotos su česnakais (augalinis)                          | Sal-11    | 120.00    | 11.98                       | 1.58        | 11.45       | 157                  | 0.50  |
| Marinuoti agurkai                                               | D-02      | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Ridikėliai                                                      | D-13      | 70.00     | 2.73                        | 0.77        | 0.07        | 15                   | 0.40  |
| Obuoliai                                                        | V-1       | 150.00    | 19.5                        | 0.6         | 0.6         | 86                   | 0.30  |
| Kefyro, uogų ir bananų kokteilis (P)*                           | Kok-1     | 200.00    | 18.4                        | 5.65        | 3.89        | 131                  | 0.40  |

\* **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.         | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                                                   |                 |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Daržovių sriuba (tausojantis)(augalinis)                                                          | SR-4            | 150.00    | 9.26                        | 1.77        | 3.16        | 73                   | 0.20  |
| Lietuviški šaltibarščiai ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>                                             | Šal-01          | 200.00    | 10.88                       | 8.15        | 5.94        | 130                  | 0.70  |
| Ruginė duona.                                                                                     | Duo-01          | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa (tausojantis) ( <b>K</b> ) <sup>*</sup>                   | KP-06           | 150.00    | 7.54                        | 52.95       | 19.56       | 418                  | 1.60  |
| Traški vištienos filė su sezamo sėklomis (tausojantis) ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>               | 10-8/164TGP 10N | 150.00    | 12.08                       | 40.85       | 16.33       | 359                  | 1.70  |
| Orkaitėje kepti lietiniai blynai su bananais 140/80 (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup> | M-07            | 220.00    | 64.59                       | 14.39       | 12.49       | 428                  | 0.70  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                                     | P-007           | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Graikiškas jogurtas                                                                               | Pad-3           | 50.00     | 2                           | 3.5         | 2           | 40                   | 0.20  |
| Bulvių košė (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                               | Gar-01          | 200.00    | 32.63                       | 4.78        | 13.47       | 271                  | 0.40  |
| Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                                                         | Gar-05          | 200.00    | 57.75                       | 6.6         | 4.03        | 294                  | 0.30  |
| Kopūstų, morkų salotos (augalinis)                                                                | Sal-12          | 120.00    | 12.41                       | 1.57        | 5.86        | 109                  | 0.30  |
| Burokėlių salotos su apelsiniais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)                                | GSALN - 158C    | 120.00    | 14.35                       | 1.97        | 7.63        | 134                  | 0.40  |
| Avokadas                                                                                          | D-14            | 70.00     | 4.2                         | 1.33        | 16.45       | 170                  | 1.40  |
| Mandarinai                                                                                        | V-3             | 150.00    | 14.1                        | 1.05        | 0.45        | 65                   | 0.50  |

<sup>\*</sup>**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. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                                           |         |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Lęšių ir bolivinės balandos sriuba (ankštinis) (augalinis) (tausojantis)                  | SR-2    | 150.00    | 19.95                       | 6.93        | 4.26        | 146                  | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                                             | Duo-01  | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Troškinti jautienos ir kiaulienos maltiniai (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup> | KJ-01   | 140.00    | 11.55                       | 28.64       | 26.77       | 402                  | 1.80  |
| Užkeptas kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis) ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>          | K-11    | 150.00    | 12.42                       | 29.89       | 33.37       | 470                  | 1.40  |
| Varškės 9% apkepas (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>                          | Va-2    | 220.00    | 44.66                       | 36.66       | 22.81       | 531                  | 1.40  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                             | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                                    | P-4     | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)                                                 | Gar-6   | 200.00    | 45.49                       | 6.48        | 6.72        | 268                  | 0.30  |
| Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)                                         | Gar-3   | 200.00    | 55.45                       | 10.08       | 9.01        | 343                  | 0.40  |
| Daržovių salotos                                                                          | Sal-01  | 120.00    | 4.41                        | 1.33        | 4.04        | 59                   | 0.60  |
| Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis)                 | Sal-07  | 120.00    | 12.27                       | 2.71        | 12.7        | 174                  | 0.50  |
| Marinuoti agurkai                                                                         | D-02    | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Ridikėliai                                                                                | D-13    | 70.00     | 2.73                        | 0.77        | 0.07        | 15                   | 0.40  |
| Obuoliai                                                                                  | V-1     | 150.00    | 19.5                        | 0.6         | 0.6         | 86                   | 0.30  |
| Kefyras 2,5% ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                                    | G-1     | 200.00    | 9.8                         | 6.8         | 5           | 111                  | 0.30  |

<sup>\*</sup>**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.          | Išeiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                         |                  |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)          | 1-3/20ATPVVg 10N | 150.00    | 12.49                       | 2.27        | 4.19        | 97                   | 0.20  |
| Lietuviški šaltibarščiai ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>                   | Šal-01           | 200.00    | 10.88                       | 8.15        | 5.94        | 130                  | 0.70  |
| Plovas su basmati ryžiais ir vištiena 170/80 (tausojantis)              | KP-07            | 250.00    | 48.26                       | 29.74       | 16.27       | 458                  | 1.60  |
| Traški vištienos filė (tausojantis). ( <b>K</b> ) <sup>*</sup>          | KP-09            | 150.00    | 23.41                       | 34.76       | 12.57       | 346                  | 1.70  |
| Jogurtiniai blynėliai ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>                      | M-04             | 220.00    | 83.11                       | 26.66       | 20.45       | 623                  | 1.20  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                           | P-007            | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                  | P-4              | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Biri ryžių košė su ciberžole (tausojantis)(augalinis)                   | Gar-5            | 200.00    | 57.76                       | 6.6         | 4.97        | 302                  | 0.30  |
| Traškos bulvytės (tausojantis) (augalinis)                              | Gar-14           | 200.00    | 52.99                       | 6.06        | 10.32       | 329                  | 0.30  |
| Morkų ir obuolių salotos su sezamo sėklomis (augalinis)                 | Sal-20           | 120.00    | 12.85                       | 2.84        | 9.78        | 151                  | 0.40  |
| Kopūstų salotos su morkomis, brokoliais ir moliūgų sėklomis (augalinis) | Sal-22           | 120.00    | 12.46                       | 2.87        | 5.87        | 114                  | 0.50  |
| Marinuoti agurkai                                                       | D-02             | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Pomidorai                                                               | D-3              | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Geltonieji kiviai                                                       | V-15             | 150.00    | 1.5                         | 16.95       | 0.9         | 82                   | 1.10  |

<sup>\*</sup>**Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, 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. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                                           |         |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Pomidorinė ryžių sriuba (tausojantis) (augalinis)                                         | SR-5    | 150.00    | 17.74                       | 2.47        | 6.29        | 137                  | 0.30  |
| Ruginė duona.                                                                             | Duo-01  | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Konvekciniėje krosnelėje kepta jūros lydeka (tausojantis) ( <b>G, K, Ž</b> ) <sup>*</sup> | Ž-1     | 150.00    | 12.04                       | 30.85       | 13.46       | 293                  | 1.70  |
| Žemaičių blynai su mėsa 180/60 g ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>                             | Bul-22  | 240.00    | 61.77                       | 17.15       | 26.91       | 558                  | 0.90  |
| Varškės 9% pudingas (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>                         | Va-4    | 240.00    | 31.19                       | 32.6        | 36.26       | 582                  | 1.60  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                             | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                                    | P-4     | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Agurkinis padažas ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>                                            | P-2     | 50.00     | 2.7                         | 0.68        | 10.69       | 110                  | 0.20  |
| Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                                                 | Gar-05  | 200.00    | 57.75                       | 6.6         | 4.03        | 294                  | 0.30  |
| Kopūstų salotos su morkomis ir moliūgų sėklomis (augalinis)                               | Sal-05  | 120.00    | 19.02                       | 3.41        | 11.42       | 193                  | 0.50  |
| Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos (augalinis)                                         | Sal-19  | 120.00    | 5.38                        | 1.28        | 7.88        | 98                   | 0.40  |
| Pomidorai                                                                                 | D-3     | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Marinuoti agurkai                                                                         | D-02    | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Apelsinai                                                                                 | V-2     | 150.00    | 16.5                        | 1.2         | 0.3         | 74                   | 0.40  |
| Kefyras 2,5% ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                                    | G-1     | 200.00    | 9.8                         | 6.8         | 5           | 111                  | 0.30  |

<sup>\*</sup>**Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, 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. | 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    | 9.93                        | 1.5         | 3.36        | 76                   | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                             | Duo-01  | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Makaronai su sūriu ir jautienos - kiaulienos padažu 150/130 (tausojantis) | K-23    | 280.00    | 45.31                       | 26.5        | 25.39       | 516                  | 1.80  |
| Kiaulienos kepinukai ( <b>K</b> ) <sup>*</sup>                            | K-10    | 150.00    | 16.66                       | 31.45       | 25.9        | 426                  | 1.30  |
| Varškės 9% apkepas (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>          | Va-2    | 220.00    | 44.66                       | 36.66       | 22.81       | 531                  | 1.40  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                             | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                    | P-4     | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)                         | Gar-3   | 200.00    | 55.45                       | 10.08       | 9.01        | 343                  | 0.40  |
| Morkų salotos su saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)          | Sal-23  | 120.00    | 10.91                       | 2.7         | 10.71       | 151                  | 0.40  |
| Kopūstų salotos su morkomis ir agurkais (augalinis)                       | Sal-21  | 120.00    | 11.65                       | 1.55        | 7.71        | 122                  | 0.40  |
| Švieži agurkai                                                            | D-6     | 70.00     | 1.61                        | 0.56        | 0.14        | 10                   | 0.30  |
| Pomidorai                                                                 | D-3     | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Mandarinai                                                                | V-3     | 150.00    | 14.1                        | 1.05        | 0.45        | 65                   | 0.50  |
| Kefyras 2,5% ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                    | G-1     | 200.00    | 9.8                         | 6.8         | 5           | 111                  | 0.30  |

**\* 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 |                      |       |
| Rūgštynių sriuba (tausojantis)(augalinis). ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>                                        | SR-10          | 150.00    | 13.93                       | 1.79        | 4.44        | 103                  | 0.20  |
| Lietuviški šaltibarščiai ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>                                                       | Šal-01         | 200.00    | 10.88                       | 8.15        | 5.94        | 130                  | 0.70  |
| Ruginė duona.                                                                                               | Duo-01         | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Vištienos kepinukai (tausojantis) ( <b>K</b> ) <sup>*</sup>                                                 | KP-2           | 150.00    | 15.69                       | 35.62       | 12.55       | 318                  | 1.70  |
| Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių kepsnys su kukurūzu dribsniais (tausojantis) ( <b>K</b> ) <sup>*</sup> | 10-8/178TG 10N | 150.00    | 19.98                       | 43.01       | 16.44       | 400                  | 1.60  |
| Lietiniai blynai su varške 160/80 (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>                             | M-3            | 240.00    | 61.32                       | 25.49       | 21.63       | 542                  | 0.90  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                                               | P-007          | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                                                      | P-4            | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Bulvių košė (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                                         | Gar-01         | 200.00    | 32.63                       | 4.78        | 13.47       | 271                  | 0.40  |
| Biri ryžių košė su ciberžole (tausojantis)(augalinis)                                                       | Gar-5          | 200.00    | 57.76                       | 6.6         | 4.97        | 302                  | 0.30  |
| Kopūstų, morkų salotos (augalinis)                                                                          | Sal-12         | 120.00    | 12.41                       | 1.57        | 5.86        | 109                  | 0.30  |
| Baltųjų ridikų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)                                           | 2-1/5A 4       | 120.00    | 8.39                        | 1.4         | 5.73        | 91                   | 0.40  |
| Paprika                                                                                                     | D-01           | 70.00     | 4.62                        | 0.91        | 0.35        | 25                   | 0.50  |
| Marinuoti agurkai                                                                                           | D-02           | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Vynuogės                                                                                                    | V-7            | 150.00    | 26.4                        | 1.05        | 0.6         | 115                  | 0.70  |

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, 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.           | 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    | 29.45                       | 8.98        | 4.25        | 192                  | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                                                  | Duo-01            | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis) ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>                        | K-1               | 150.00    | 10.12                       | 33.36       | 31.38       | 456                  | 1.40  |
| Troškinti kiaulienos suktinukai su padažu 150/30 (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup> | K-20              | 180.00    | 12.05                       | 33.8        | 36.29       | 510                  | 1.70  |
| Varškės 9% pudingas (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>                              | Va-4              | 240.00    | 31.19                       | 32.6        | 36.26       | 582                  | 1.60  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                                  | P-007             | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                                         | P-4               | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Kuskusas (tausojantis) (augalinis)                                                             | 3-3/9ATPoPVVg 10N | 200.00    | 67.91                       | 11.64       | 6.13        | 373                  | 0.50  |
| Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                                                      | Gar-05            | 200.00    | 57.75                       | 6.6         | 4.03        | 294                  | 0.30  |
| Naminė burokėlių mišrainė su majonezu ( <b>K</b> ) <sup>*</sup>                                | GSALN-103H 120g   | 120.00    | 15.66                       | 3.03        | 3.48        | 106                  | 0.30  |
| Kopūstų, morkų salotos (augalinis)                                                             | Sal-12            | 120.00    | 12.41                       | 1.57        | 5.86        | 109                  | 0.30  |
| Paprika                                                                                        | D-01              | 70.00     | 4.62                        | 0.91        | 0.35        | 25                   | 0.50  |
| Ridikėliai                                                                                     | D-13              | 70.00     | 2.73                        | 0.77        | 0.07        | 15                   | 0.40  |
| Bananai                                                                                        | V-5               | 150.00    | 34.65                       | 1.8         | 0.45        | 150                  | 0.40  |
| Kefyro, uogų ir bananų kokteilis ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                     | Kok-1             | 200.00    | 18.4                        | 5.65        | 3.89        | 131                  | 0.40  |

\* **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.             | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                                 |                     |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Pomidorinė ryžių sriuba (tausojantis) (augalinis)                               | SR-5                | 150.00    | 17.74                       | 2.47        | 6.29        | 137                  | 0.30  |
| Lietuviški šaltibarščiai ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>                           | Šal-01              | 200.00    | 10.88                       | 8.15        | 5.94        | 130                  | 0.70  |
| Ruginė duona.                                                                   | Duo-01              | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Plovas su kalakutiena 170/80 (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>            | K-08                | 250.00    | 48.35                       | 24.55       | 22.47       | 494                  | 1.70  |
| Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa (tausojantis) ( <b>K</b> ) <sup>*</sup> | KP-06               | 150.00    | 7.54                        | 52.95       | 19.56       | 418                  | 1.60  |
| Bananiniai ir obuoliniai blynėliai ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>              | M-06                | 220.00    | 74.9                        | 13.53       | 19.56       | 530                  | 0.90  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                   | P-007               | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                          | P-4                 | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Traškios bulvytės (tausojantis) (augalinis)                                     | Gar-14              | 200.00    | 52.99                       | 6.06        | 10.32       | 329                  | 0.30  |
| Basmati ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                                    | Gar-7               | 200.00    | 57.75                       | 7.05        | 0.83        | 267                  | 0.60  |
| Burokėlių ir marinuotų agurkų salotos (augalinis)                               | 2-1/6AGPPcVVg<br>10 | 120.00    | 8.56                        | 1.41        | 2.91        | 66                   | 0.40  |
| Kopūstų, morkų salotos (augalinis)                                              | Sal-12              | 120.00    | 12.41                       | 1.57        | 5.86        | 109                  | 0.30  |
| Marinuoti agurkai                                                               | D-02                | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Pomidorai                                                                       | D-3                 | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Geltonieji kiviai                                                               | V-15                | 150.00    | 1.5                         | 16.95       | 0.9         | 82                   | 1.10  |

<sup>\*</sup> **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. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|--------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                          |         |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Agurkinė sriuba (tausojantis)(augalinis). (G)*                           | SR-1    | 150.00    | 30.92                       | 3.99        | 3.9         | 175                  | 0.20  |
| Lašišos ir jūrinių lydekų kotletai (tausojantis) (G, K, P, Ž)*           | Ž-5     | 110.00    | 12.29                       | 19.66       | 12.47       | 240                  | 1.80  |
| Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru 220/80                     | Bul-1   | 300.00    | 80.82                       | 23.28       | 21.69       | 612                  | 1.10  |
| Tarkuotų bulvių cepelinai su varškės įdaru 220/80 (K, P)*                | Bul-11  | 300.00    | 80.48                       | 20.13       | 8.31        | 477                  | 0.90  |
| Lietiniai blynai su virta dešra ir sūriu 140/80 (tausojantis) (G, K, P)* | M-7     | 220.00    | 46.67                       | 26.38       | 30.58       | 567                  | 1.40  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                                                 | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Grietinės 30% - pomidorų padažas (G, P)*                                 | P-1     | 50.00     | 4.65                        | 1.19        | 10.86       | 121                  | 0.30  |
| Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                                | Gar-05  | 200.00    | 57.75                       | 6.6         | 4.03        | 294                  | 0.30  |
| Morkų salotos su česnakais (augalinis)                                   | Sal-11  | 120.00    | 11.98                       | 1.58        | 11.45       | 157                  | 0.50  |
| Burokėliai su užpilu (augalinis)                                         | Sal-09  | 120.00    | 15.37                       | 2.1         | 9.51        | 155                  | 0.40  |
| Švieži agurkai                                                           | D-6     | 70.00     | 1.61                        | 0.56        | 0.14        | 10                   | 0.30  |
| Ridikėliai                                                               | D-13    | 70.00     | 2.73                        | 0.77        | 0.07        | 15                   | 0.40  |
| Apelsinai                                                                | V-2     | 150.00    | 16.5                        | 1.2         | 0.3         | 74                   | 0.40  |
| Kefyras 2,5% (P)*                                                        | G-1     | 200.00    | 9.8                         | 6.8         | 5           | 111                  | 0.30  |

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvys ir jų produktai, 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.    | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                                           |            |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Pupelių sriuba (ankštinis)(augalinis) (tausojantis).                                      | SR-13      | 150.00    | 17.02                       | 4.41        | 3.68        | 119                  | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                                             | Duo-01     | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Virti makaronai su vištiena ir daržovėmis 220/60 (tausojantis). ( <b>P</b> ) <sup>*</sup> | KP-08      | 280.00    | 60.56                       | 27.3        | 14.4        | 481                  | 1.90  |
| Orkaitėje kepti vištienos iešmeliai (tausojantis) ( <b>K</b> ) <sup>*</sup>               | 10-8/163TG | 150.00    | 1.85                        | 59.85       | 13.53       | 369                  | 1.70  |
| Jogurtiniai blynėliai ( <b>G, K</b> ) <sup>*</sup>                                        | M-04       | 220.00    | 83.11                       | 26.66       | 20.45       | 623                  | 1.20  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                             | P-007      | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                                    | P-4        | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Basmati ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                                              | Gar-7      | 200.00    | 57.75                       | 7.05        | 0.83        | 267                  | 0.60  |
| Daržovių salotos                                                                          | Sal-01     | 120.00    | 4.41                        | 1.33        | 4.04        | 59                   | 0.60  |
| Morkų salotos su česnakais (augalinis)                                                    | Sal-11     | 120.00    | 11.98                       | 1.58        | 11.45       | 157                  | 0.50  |
| Ridikėliai                                                                                | D-13       | 70.00     | 2.73                        | 0.77        | 0.07        | 15                   | 0.40  |
| Marinuoti agurkai                                                                         | D-02       | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Apelsinai                                                                                 | V-2        | 150.00    | 16.5                        | 1.2         | 0.3         | 74                   | 0.40  |

<sup>\*</sup>**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. | 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    | 12.6                        | 1.8         | 9.46        | 143                  | 0.40  |
| Lietuviški šaltibarščiai (K, P)*                                         | Šal-01  | 200.00    | 10.88                       | 8.15        | 5.94        | 130                  | 0.70  |
| Plovas su kiauliena 170/80 g. (tausojantis) (P)*                         | K-07    | 250.00    | 48.09                       | 26.73       | 21.43       | 492                  | 1.10  |
| Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis) (G, K)*                       | K-1     | 150.00    | 10.12                       | 33.36       | 31.38       | 456                  | 1.40  |
| Varškės 9% pudingas (tausojantis) (G, K, P)*                             | Va-4    | 240.00    | 31.19                       | 32.6        | 36.26       | 582                  | 1.60  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                                                 | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                   | P-4     | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Traškios bulvytės (tausojantis) (augalinis)                              | Gar-14  | 200.00    | 52.99                       | 6.06        | 10.32       | 329                  | 0.30  |
| Morkų ir obuolių salotos su sezamo sėklomis (augalinis)                  | Sal-20  | 120.00    | 12.85                       | 2.84        | 9.78        | 151                  | 0.40  |
| Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir marinuotais agurkais (augalinis) | Sal-04  | 120.00    | 10.58                       | 2.17        | 10.13       | 142                  | 0.40  |
| Marinuoti agurkai                                                        | D-02    | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Avokadas                                                                 | D-14    | 70.00     | 4.2                         | 1.33        | 16.45       | 170                  | 1.40  |
| Bananai                                                                  | V-5     | 150.00    | 34.65                       | 1.8         | 0.45        | 150                  | 0.40  |

\* **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.   | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|----------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                      |           |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis),                     | SR-3      | 150.00    | 9.01                        | 1.51        | 3.44        | 73                   | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                        | Duo-01    | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Traški vištiena (tausojantis) ( <b>K</b> )*                          | KP-51     | 150.00    | 22.71                       | 35.29       | 7.13        | 296                  | 1.60  |
| Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa (tausojantis) ( <b>K</b> )*  | KP-06     | 150.00    | 7.54                        | 52.95       | 19.56       | 418                  | 1.60  |
| Blynėliai su varške 9 % ( <b>G, K, P</b> )*                          | M-2       | 220.00    | 72.81                       | 22.69       | 18.59       | 549                  | 0.80  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> )*                                    | P-007     | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                               | P-4       | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                            | Gar-05    | 200.00    | 57.75                       | 6.6         | 4.03        | 294                  | 0.30  |
| Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis) ( <b>P</b> )* | AMLTN-17B | 200.00    | 50.74                       | 7.24        | 9.37        | 316                  | 0.30  |
| Kopūstų, morkų salotos (augalinis)                                   | Sal-12    | 120.00    | 12.41                       | 1.57        | 5.86        | 109                  | 0.30  |
| Baltųjų ridikų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)    | 2-1/5A 4  | 120.00    | 8.39                        | 1.4         | 5.73        | 91                   | 0.40  |
| Pomidorai                                                            | D-3       | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Paprika                                                              | D-01      | 70.00     | 4.62                        | 0.91        | 0.35        | 25                   | 0.50  |
| Apelsinai                                                            | V-2       | 150.00    | 16.5                        | 1.2         | 0.3         | 74                   | 0.40  |
| Kefyras 2,5% ( <b>P</b> )*                                           | G-1       | 200.00    | 9.8                         | 6.8         | 5           | 111                  | 0.30  |

\* **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 |                      |       |
| Rūgštynių sriuba (tausojantis)(augalinis). (G)*                           | SR-10   | 150.00    | 13.93                       | 1.79        | 4.44        | 103                  | 0.20  |
| Lietuviški šaltibarščiai (K, P)*                                          | Šal-01  | 200.00    | 10.88                       | 8.15        | 5.94        | 130                  | 0.70  |
| Ruginė duona.                                                             | Duo-01  | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Virtų bulvių cepelinai su mėsa 220/80 (tausojantis) (K)*                  | Bul-16  | 300.00    | 81.43                       | 31.88       | 9.92        | 543                  | 1.20  |
| Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis). (K, P)*                   | Bul-05  | 300.00    | 59.51                       | 18.92       | 9.65        | 401                  | 0.00  |
| Karališki balandėliai su kiauliena ir padažu 180/50 (tausojantis) (G, P)* | K-04    | 230.00    | 23.88                       | 38.75       | 29.35       | 515                  | 1.50  |
| Bananiniai ir obuoliniai blynėliai (G, K, P)*                             | M-06    | 220.00    | 74.9                        | 13.53       | 19.56       | 530                  | 0.90  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                                                  | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Grietinės padažas (G, P)*                                                 | P-3     | 40.00     | 2.14                        | 0.71        | 10.13       | 103                  | 0.20  |
| Bulvių košė (tausojantis) (P)*                                            | Gar-01  | 200.00    | 32.63                       | 4.78        | 13.47       | 271                  | 0.40  |
| Pekino kopūstų ir agurkų salotos (augalinis)                              | Sal-13  | 120.00    | 5.22                        | 1.36        | 7.78        | 96                   | 0.60  |
| Burokėliai su užpilu (augalinis)                                          | Sal-09  | 120.00    | 15.37                       | 2.1         | 9.51        | 155                  | 0.40  |
| Ridikėliai                                                                | D-13    | 70.00     | 2.73                        | 0.77        | 0.07        | 15                   | 0.40  |
| Paprika                                                                   | D-01    | 70.00     | 4.62                        | 0.91        | 0.35        | 25                   | 0.50  |
| Mandarinai                                                                | V-3     | 150.00    | 14.1                        | 1.05        | 0.45        | 65                   | 0.50  |
| Kefyro, uogų ir bananų kokteilis (P)*                                     | Kok-1   | 200.00    | 18.4                        | 5.65        | 3.89        | 131                  | 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.            | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                         |                    |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Agurkinė sriuba (tausojantis)(augalinis). (G)*                          | SR-1               | 150.00    | 30.92                       | 3.99        | 3.9         | 175                  | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                           | Duo-01             | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Jūros lydekės kepsnys užkeptas su daržovėmis (tausojantis) (Ž)*         | Ž-2                | 150.00    | 3.97                        | 26.06       | 14.64       | 252                  | 1.50  |
| Lietiniai blynai su vištiena 160/80 (tausojantis) (G, K, P)*            | M-5                | 240.00    | 56.35                       | 46.44       | 22.12       | 610                  | 1.40  |
| Varškės 9% apkepas (tausojantis) (G, K, P)*                             | Va-2               | 220.00    | 44.66                       | 36.66       | 22.81       | 531                  | 1.40  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                                                | P-007              | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Grietinės 30% - pomidorų padažas (G, P)*                                | P-1                | 50.00     | 4.65                        | 1.19        | 10.86       | 121                  | 0.30  |
| Trintos šaldytos uogos                                                  | P-4                | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                               | Gar-05             | 200.00    | 57.75                       | 6.6         | 4.03        | 294                  | 0.30  |
| Naminė burokėlių mišrainė su majonezu (K)*                              | GSALN-103H<br>120g | 120.00    | 15.66                       | 3.03        | 3.48        | 106                  | 0.30  |
| Kopūstų salotos su morkomis, brokoliais ir moliūgų sėklomis (augalinis) | Sal-22             | 120.00    | 12.46                       | 2.87        | 5.87        | 114                  | 0.50  |
| Ridikėliai                                                              | D-13               | 70.00     | 2.73                        | 0.77        | 0.07        | 15                   | 0.40  |
| Švieži agurkai                                                          | D-6                | 70.00     | 1.61                        | 0.56        | 0.14        | 10                   | 0.30  |
| Vynuogės                                                                | V-7                | 150.00    | 26.4                        | 1.05        | 0.6         | 115                  | 0.70  |

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvys 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. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                         |         |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Pomidorinė ryžių sriuba (tausojantis) (augalinis)                       | SR-5    | 150.00    | 17.74                       | 2.47        | 6.29        | 137                  | 0.30  |
| Ruginė duona.                                                           | Duo-01  | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa (tausojantis) (K)*              | KP-06   | 150.00    | 7.54                        | 52.95       | 19.56       | 418                  | 1.60  |
| Plovas su kalakutiena 170/80 (tausojantis) (P)*                         | K-08    | 250.00    | 48.35                       | 24.55       | 22.47       | 494                  | 1.70  |
| Jogurtiniai blynėliai (G, K)*                                           | M-04    | 220.00    | 83.11                       | 26.66       | 20.45       | 623                  | 1.20  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                                                | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                  | P-4     | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                               | Gar-05  | 200.00    | 57.75                       | 6.6         | 4.03        | 294                  | 0.30  |
| Kopūstų salotos su morkomis, brokoliais ir moliūgų sėklomis (augalinis) | Sal-22  | 120.00    | 12.46                       | 2.87        | 5.87        | 114                  | 0.50  |
| Morkų salotos su citrina (augalinis)                                    | Sal-08  | 120.00    | 11.3                        | 1.3         | 11.48       | 154                  | 0.50  |
| Marinuoti agurkai                                                       | D-02    | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Paprika                                                                 | D-01    | 70.00     | 4.62                        | 0.91        | 0.35        | 25                   | 0.50  |
| Apelsinai                                                               | V-2     | 150.00    | 16.5                        | 1.2         | 0.3         | 74                   | 0.40  |
| Kefyras 2,5% (P)*                                                       | G-1     | 200.00    | 9.8                         | 6.8         | 5           | 111                  | 0.30  |

\* **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.           | 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    | 12.6                        | 1.8         | 9.46        | 143                  | 0.40  |
| Lietuviški šaltibarščiai (K, P)*                                          | Šal-01            | 200.00    | 10.88                       | 8.15        | 5.94        | 130                  | 0.70  |
| Ruginė duona.                                                             | Duo-01            | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Makaronai su sūriu ir jautienos - kiaulienos padažu 150/130 (tausojantis) | K-23              | 280.00    | 45.31                       | 26.5        | 25.39       | 516                  | 1.80  |
| Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis) (G, K)*                        | K-1               | 150.00    | 10.12                       | 33.36       | 31.38       | 456                  | 1.40  |
| Lietiniai blynai su varške 160/80 (tausojantis) (G, K, P)*                | M-3               | 240.00    | 61.32                       | 25.49       | 21.63       | 542                  | 0.90  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                                                  | P-007             | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                    | P-4               | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Traškios bulvytės (tausojantis) (augalinis)                               | Gar-14            | 200.00    | 52.99                       | 6.06        | 10.32       | 329                  | 0.30  |
| Kuskusas (tausojantis) (augalinis)                                        | 3-3/9ATPoPVVg 10N | 200.00    | 67.91                       | 11.64       | 6.13        | 373                  | 0.50  |
| Burokėlių, morkų, kopūstų salotos su apelsinais ir citrina(augalinis)     | Sal-17            | 120.00    | 11.84                       | 1.73        | 11.42       | 157                  | 0.50  |
| Baltųjų ridikų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)         | 2-1/5A 4          | 120.00    | 8.39                        | 1.4         | 5.73        | 91                   | 0.40  |
| Marinuoti agurkai                                                         | D-02              | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Pomidorai                                                                 | D-3               | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Vynuogės                                                                  | V-7               | 150.00    | 26.4                        | 1.05        | 0.6         | 115                  | 0.70  |

\* **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.          | Išeiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                                                                             |                  |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)                                              | 1-3/20ATPVVg 10N | 150.00    | 12.49                       | 2.27        | 4.19        | 97                   | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                                                               | Duo-01           | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių kepsnys su kukurūzu dribsniais (tausojantis) ( <b>K</b> ) <sup>*</sup> | 10-8/178TG 10N   | 150.00    | 19.98                       | 43.01       | 16.44       | 400                  | 1.60  |
| Vištienos maltinukas su baltu padažu (tausojantis). ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>                         | KP-03            | 150.00    | 20.6                        | 44.25       | 18.32       | 424                  | 1.30  |
| Varškės 9% pudingas (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>                                           | Va-4             | 240.00    | 31.19                       | 32.6        | 36.26       | 582                  | 1.60  |
| Grietinė 30 %, 30 g ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>                                                               | P-007            | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                                                      | P-4              | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)                                                                   | Gar-05           | 200.00    | 57.75                       | 6.6         | 4.03        | 294                  | 0.30  |
| Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)                                                                   | Gar-6            | 200.00    | 45.49                       | 6.48        | 6.72        | 268                  | 0.30  |
| Morkų salotos su saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)                                            | Sal-23           | 120.00    | 10.91                       | 2.7         | 10.71       | 151                  | 0.40  |
| Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos (augalinis)                                                           | Sal-19           | 120.00    | 5.38                        | 1.28        | 7.88        | 98                   | 0.40  |
| Ridikėliai                                                                                                  | D-13             | 70.00     | 2.73                        | 0.77        | 0.07        | 15                   | 0.40  |
| Pomidorai                                                                                                   | D-3              | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Mandarinai                                                                                                  | V-3              | 150.00    | 14.1                        | 1.05        | 0.45        | 65                   | 0.50  |

<sup>\*</sup> **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, 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. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |             | Energinė vertė, kcal | Kaina |
|---------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------|
|                                                   |         |           | Angliavandeniai, g          | Baltymai, g | Riebalai, g |                      |       |
| Agurkinė sriuba (tausojantis)(augalinis). (G)*    | SR-1    | 150.00    | 30.92                       | 3.99        | 3.9         | 175                  | 0.20  |
| Lietuviški šaltibarščiai (K, P)*                  | Šal-01  | 200.00    | 10.88                       | 8.15        | 5.94        | 130                  | 0.70  |
| Kiaulienos kepinukai (K)*                         | K-10    | 150.00    | 16.66                       | 31.45       | 25.9        | 426                  | 1.30  |
| Balandėliai su mėsa 150/90 (tausojantis) (P)*     | K-9     | 240.00    | 19.47                       | 22.26       | 18.9        | 337                  | 1.00  |
| Jogurtiniai blynėliai (G, K)*                     | M-04    | 220.00    | 83.11                       | 26.66       | 20.45       | 623                  | 1.20  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                          | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                            | P-4     | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Traškios bulvytės (tausojantis) (augalinis)       | Gar-14  | 200.00    | 52.99                       | 6.06        | 10.32       | 329                  | 0.30  |
| Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis) | Gar-3   | 200.00    | 55.45                       | 10.08       | 9.01        | 343                  | 0.40  |
| Kopūstų, morkų salotos (augalinis)                | Sal-12  | 120.00    | 12.41                       | 1.57        | 5.86        | 109                  | 0.30  |
| Burokėliai su užpilu (augalinis)                  | Sal-09  | 120.00    | 15.37                       | 2.1         | 9.51        | 155                  | 0.40  |
| Pomidorai                                         | D-3     | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Marinuoti agurkai                                 | D-02    | 70.00     | 2.47                        | 0.37        | 0.05        | 12                   | 0.30  |
| Geltonieji kiviai                                 | V-15    | 150.00    | 1.5                         | 16.95       | 0.9         | 82                   | 1.10  |

\* **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. | Išėiga, 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    | 12                          | 1.68        | 5.65        | 106                  | 0.20  |
| Ruginė duona.                                                             | Duo-01  | 50.00     | 23.65                       | 2.9         | 0.5         | 111                  | 0.30  |
| Jūrinių lydekų kotletai (tausojantis) (G, K, P, Ž)*                       | Ž-6     | 150.00    | 16.4                        | 25.74       | 11.32       | 270                  | 1.50  |
| Bulvių plokštainis su vištiena (K, P)*                                    | Bul-04  | 250.00    | 45.3                        | 30.02       | 17.01       | 454                  | 1.00  |
| Varškės 9% apkepas (tausojantis) (G, K, P)*                               | Va-2    | 220.00    | 44.66                       | 36.66       | 22.81       | 531                  | 1.40  |
| Grietinė 30 %, 30 g (P)*                                                  | P-007   | 30.00     | 0.93                        | 0.7         | 9           | 88                   | 0.20  |
| Trintos šaldytos uogos                                                    | P-4     | 50.00     | 10.75                       | 0.54        | 0.27        | 48                   | 0.20  |
| Biri ryžių košė su ciberžole (tausojantis)(augalinis)                     | Gar-5   | 200.00    | 57.76                       | 6.6         | 4.97        | 302                  | 0.30  |
| Raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)                | Sal-02  | 120.00    | 6.18                        | 0.96        | 6.55        | 88                   | 0.40  |
| Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis) | Sal-07  | 120.00    | 12.27                       | 2.71        | 12.7        | 174                  | 0.50  |
| Pomidorai                                                                 | D-3     | 70.00     | 2.87                        | 0.7         | 0.14        | 16                   | 0.50  |
| Švieži agurkai                                                            | D-6     | 70.00     | 1.61                        | 0.56        | 0.14        | 10                   | 0.30  |
| Obuoliai                                                                  | V-1     | 150.00    | 19.5                        | 0.6         | 0.6         | 86                   | 0.30  |
| Kefyras 2,5% (P)*                                                         | G-1     | 200.00    | 9.8                         | 6.8         | 5           | 111                  | 0.30  |

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