

**Kauno sanatorinis lopšelis-darželis "Pienė"**

Birutės g. 9, Kaunas

**PATVIRTINTA**

Kauno sanatorinio lopšelio-  
darželio "Pienė" direktoriaus

2023 m. lapričio 23 d.

įsakymu Nr. V - 100

**15 DIENŲ MAITINIMAS**

4-7 metų valgiaraštis

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7.00 iki 19.00 val.

1 savaitė  
Pirmadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                    |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kvietinių kruopų košė (tausojantis)                     | 20718   | 200    | 7,24                                | 2,09     | 39,77           | 206,81                |
| Trintos uogos                                           | 15089   | 25     | 0,18                                | 0,10     | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną                                    | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                       | 18000   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                     |         |        | 8,42                                | 2,39     | 57,52           | 285,12                |
| Pietūs 12:00 val.                                       |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)                | 43364   | 150    | 7,05                                | 2,98     | 25,29           | 156,23                |
| Kalakutienos filė guliašas (tausojantis)                | 24540   | 90     | 17,08                               | 9,29     | 6,06            | 176,17                |
| Virti griikiai (tausojantis)                            | 15507   | 70     | 4,41                                | 1,09     | 24,26           | 124,43                |
| Daržovės (pomidorai, agurkai, morkos)                   | 47066   | 90     | 0,79                                | 0,09     | 6,16            | 28,53                 |
| Vanduo su citrina                                       | 18007   | 200    | 0,08                                | 0,02     | 0,67            | 3,14                  |
| Iš viso maitinimui:                                     |         |        | 29,42                               | 13,51    | 62,17           | 487,94                |
| Vakarienė 15:30 val.                                    |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės (9 proc. rieš.) ir bananų apkepas (tausojantis) | 12978   | 140    | 16,81                               | 10,76    | 27,28           | 273,24                |
| Grietinė (30 proc. rieš.)                               | 15092   | 20     | 0,52                                | 6        | 0,54            | 58,24                 |
| Nesaldinta arbata                                       | 18000   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                     |         |        | 17,33                               | 16,77    | 27,82           | 331,51                |
| Iš viso dienai:                                         |         |        | 55,17                               | 32,67    | 147,51          | 1104,57               |

1 savaitė  
Antradienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                                    |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) | 20719   | 195/5  | 4,54                                | 5,83     | 35,55           | 212,77                |
| Trintos uogos                                                           | 15089   | 25     | 0,18                                | 0,10     | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną                                                    | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                                       | 18001   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                                     |         |        | 5,72                                | 6,13     | 53,3            | 291,07                |
| Pietūs 12:00 val.                                                       |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)                              | 43365   | 150    | 2,21                                | 1,64     | 11,24           | 68,56                 |
| Lietiniai blynai su kiaulienos kumpiu                                   | 11434   | 70/40  | 14,57                               | 15,08    | 33,1            | 326,44                |
| Grietinė (30 proc. rieb.)                                               | 15090   | 20     | 0,52                                | 6        | 0,54            | 58,24                 |
| Daržovių rinkinukas (pekinas, agurkas, pomidoras)                       | 18038   | 80     | 0,8                                 | 0,18     | 3,26            | 17,86                 |
| Vanduo paskanintas apelsinais                                           | 6875    | 200    | 0,06                                | 0,01     | 0,82            | 3,59                  |
| Iš viso maitinimui:                                                     |         |        | 18,16                               | 22,91    | 48,97           | 474,69                |
| Vakarienė 15:30 val.                                                    |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Omletas su sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)                         | 3310    | 100/5  | 10,78                               | 11,04    | 5,95            | 166,25                |
| Ruginė duona su sėklom su sviestu (82 proc. rieb.)                      | 15362   | 30/5   | 2,76                                | 5,33     | 13,96           | 114,83                |
| Pomidorai                                                               | 47047   | 40     | 0,40                                | 0,16     | 2,32            | 12,32                 |
| Nesaldinta arbata                                                       | 18005   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                                     |         |        | 13,93                               | 16,53    | 22,23           | 293,42                |
| Iš viso dienai:                                                         |         |        | 37,81                               | 45,57    | 124,5           | 1059,18               |

1 savaitė  
Trečiadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                    |         |            |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------------|---------|------------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                         |         |            | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti makaronai su sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis) | 11433   | 185/1<br>5 | 11,22                               | 7,84     | 29,35           | 232,86                |
| Vaisiai pagal sezoną                                    | 2       | 120        | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                       | 15920   | 200        | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                     |         |            | 12,22                               | 8,04     | 44,75           | 300,18                |
| Pietūs 12:00 val.                                       |         |            |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                         |         |            | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)                | 43367   | 150        | 1,59                                | 3,07     | 11,05           | 78,17                 |
| Ruginė duona su sėklomis                                | 12504   | 30         | 2,73                                | 1,23     | 13,92           | 77,67                 |
| Bulvių plokštainis su vištienos file (tausojantis)      | 23605   | 180/2<br>0 | 10,48                               | 4,83     | 38,16           | 238,06                |
| Grietinė (30 proc. rieb.)                               | 15788   | 20         | 0,78                                | 9        | 0,81            | 87,36                 |
| Morkų lazdelės                                          | 18039   | 80         | 0,80                                | 0,08     | 8,32            | 37,20                 |
| Agurkai (pagal sezoną)                                  | 18040   | 50         | 0,35                                | 0        | 1,4             | 7                     |
| Vanduo paskanintas obuoliais                            | 6882    | 150        | 0,03                                | 0,00     | 0,79            | 3,30                  |
| Iš viso maitinimui:                                     |         |            | 16,38                               | 18,57    | 74,44           | 530,39                |
| Vakarienė 15:30 val.                                    |         |            |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                         |         |            | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)   | 12983   | 120        | 24,19                               | 11,92    | 32,4            | 333,6                 |
| Trintos uogos                                           | 15089   | 25         | 0,18                                | 0,10     | 2,35            | 10,98                 |
| Nesaldinta arbata                                       | 18000   | 200        | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                     |         |            | 24,37                               | 12,02    | 34,75           | 344,62                |
| Iš viso dienai:                                         |         |            | 52,97                               | 38,63    | 153,94          | 1175,19               |

1 savaitė  
Ketvirtadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                              |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Manų košė su sviestu ir cinamonu (82 proc. rieb.) (tausojojantis) | 20720   | 145/5  | 6,77                                | 6,31     | 38,51           | 237,90                |
| Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)                                    | 2728    | 20     | 5,34                                | 4,16     | 0,08            | 59,12                 |
| Vaisiai pagal sezoną                                              | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                                 | 18000   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                               |         |        | 13,11                               | 10,67    | 53,99           | 364,35                |
| Pietūs 12:00 val.                                                 |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Morkų ir cukinijų sriuba (tausojojantis) (augalinis)              | 43379   | 150    | 1,84                                | 2,14     | 13,51           | 80,64                 |
| Lašišos file kepsnelis (tausojojantis)                            | 13705   | 80     | 17,8                                | 19,84    | 0,74            | 252,71                |
| Virti ryžiai (tausojojantis)                                      | 15508   | 80     | 2,46                                | 0,12     | 22,62           | 101,40                |
| Burokėlių salotos su aliejumi                                     | 47067   | 80     | 2,28                                | 1,97     | 4,04            | 43,05                 |
| Vanduo su citrina                                                 | 18007   | 200    | 0,08                                | 0,02     | 0,67            | 3,14                  |
| Iš viso maitinimui:                                               |         |        | 24,46                               | 24,09    | 41,58           | 480,94                |
| Vakarienė 15:30 val.                                              |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Mieliniai blynai                                                  | 4173    | 150    | 10,96                               | 12,20    | 55,61           | 376,07                |
| Trintos uogos                                                     | 15089   | 25     | 0,18                                | 0,10     | 2,35            | 10,98                 |
| Nesaldinta arbata                                                 | 18001   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                               |         |        | 11,14                               | 12,30    | 57,96           | 387,07                |
| Iš viso dienai:                                                   |         |        | 48,71                               | 47,06    | 153,53          | 1232,36               |



1 savaitė  
Penktadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                       |         |        |                                     |          |                 |                       |
|------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Miežinė košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)     | 20721   | 200/5  | 6,73                                | 6,77     | 33,86           | 223,28                |
| Trintos uogos                                              | 15089   | 25     | 0,18                                | 0,10     | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną                                       | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Kakava nesaldinta su pienu (2,5 proc. rieb.)               | 18002   | 150    | 2,31                                | 1,99     | 4,03            | 43,23                 |
| Iš viso maitinimui:                                        |         |        | 10,22                               | 9,06     | 55,64           | 344,79                |
| Pietūs 12:00 val.                                          |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta avinžirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)         | 43366   | 150    | 4,36                                | 4,52     | 29,89           | 177,64                |
| Kiaulienos kumpio maltinis "Netikras zuikis" (tausojantis) | 20052   | 60     | 12,21                               | 10,22    | 4,67            | 159,49                |
| Bulvių košė (tausojantis)                                  | 11374   | 90     | 2,24                                | 2,93     | 18,46           | 109,10                |
| Kopūstų salotos (pagal sezoną)                             | 47068   | 80     | 0,60                                | 6,39     | 6,04            | 84,01                 |
| Paprikos ir pomidorai                                      | 47069   | 50     | 0,47                                | 0,14     | 3,17            | 15,82                 |
| Vanduo paskanintas apelsinais                              | 6875    | 200    | 0,06                                | 0,01     | 0,82            | 3,59                  |
| Iš viso maitinimui:                                        |         |        | 19,93                               | 24,2     | 63,04           | 549,65                |
| Vakarienė 15:30 val.                                       |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)                        | 2759    | 150    | 4,65                                | 5,21     | 21,84           | 152,84                |
| Batonas su varškės sūrelis be glaisto (7 proc. rieb.)      | 5388    | 30/40  | 8,28                                | 3,85     | 21,94           | 155,53                |
| Iš viso maitinimui:                                        |         |        | 12,93                               | 9,06     | 43,78           | 308,37                |
| Iš viso dienai:                                            |         |        | 43,08                               | 42,32    | 162,46          | 1202,81               |


 2 savaitė  
 Pirmadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                  |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                 | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                       |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Grikių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) | 20722   | 195/5  | 6,45                                | 5,68     | 35,38           | 218,47                |
| Pienas (2,5 proc. rieb.)                              | 18003   | 200    | 5,60                                | 5,00     | 9,40            | 105,00                |
| Vaisiai pagal sezoną                                  | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Iš viso maitinimui:                                   |         |        | 13,05                               | 10,88    | 60,18           | 390,77                |
| Pietūs 12:00 val.                                     |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                 | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                       |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)       | 14265   | 150    | 1,49                                | 2,26     | 11,89           | 73,87                 |
| Ryžių plovos su vištienos krutinėle                   | 23545   | 100/50 | 17,42                               | 11,3     | 37,16           | 320,04                |
| Daržovių rinkinukas (agurkas, pomidoras)              | 18041   | 150    | 1,28                                | 0,3      | 6,45            | 33,6                  |
| Vanduo paskanintas obuoliais                          | 6882    | 200    | 0,03                                | 0,00     | 0,79            | 3,30                  |
| Iš viso maitinimui:                                   |         |        | 20,21                               | 13,86    | 56,3            | 430,8                 |
| Vakarienė 15:30 val.                                  |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                 | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                       |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Morkų blynėliai                                       | 18048   | 120    | 10,01                               | 10,08    | 37,57           | 281,01                |
| Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)              | 15094   | 20     | 0,74                                | 0,6      | 1,02            | 12,44                 |
| Nesaldinta arbata                                     | 18000   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                   |         |        | 10,75                               | 10,68    | 38,59           | 293,48                |
| Iš viso dienai:                                       |         |        | 44,01                               | 35,42    | 155,07          | 1115,05               |



2 savaitė  
Antradienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                                     |         |        |                                     |          |                 |                       |
|--------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                    | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                          |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)  | 20731   | 195/5  | 5,11                                | 6        | 36,65           | 221                   |
| Trintos uogos                                                            | 15089   | 25     | 0,18                                | 0,10     | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną                                                     | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                                        | 18001   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                                      |         |        | 6,29                                | 6,3      | 54,4            | 299,3                 |
| Pietūs 12:00 val.                                                        |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                    | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                          |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta brokolių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis) | 43381   | 150    | 2,2                                 | 5,2      | 11,35           | 101                   |
| Kapotos vištienos krūtinėlės file kepsniukai (tausojantis)               | 23546   | 70     | 15,45                               | 7,03     | 4               | 141,02                |
| Virti griekiai (tausojantis)                                             | 15507   | 70     | 4,41                                | 1,09     | 24,26           | 124,43                |
| Kopūstų - agurkų salotos                                                 | 48856   | 80     | 1,03                                | 4,57     | 3,35            | 58,61                 |
| Vanduo su citrina                                                        | 18007   | 200    | 0,08                                | 0,02     | 0,67            | 3,14                  |
| Iš viso maitinimui:                                                      |         |        | 23,16                               | 17,9     | 43,62           | 428,21                |
| Vakarienė 15:30 val.                                                     |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                    | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                          |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės apkepas su migdolų drožlėmis (tausojantis)                       | 12979   | 165/5  | 19,1                                | 14,99    | 18,25           | 284,26                |
| Natūralaus jogurto ( iki 3,8 proc. rieb.) ir uogų padažas                | 15095   | 20     | 0,32                                | 0,24     | 1,11            | 7,82                  |
| Nesaldinta arbata                                                        | 18005   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                                      |         |        | 19,42                               | 15,22    | 19,36           | 292,1                 |
| Iš viso dienai:                                                          |         |        | 48,87                               | 39,42    | 117,38          | 1019,61               |



2 savaitė  
Trečiadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                                                   |         |        |                                     |          |                 |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                        |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trijų grūdų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (avižos, kviečiai, miežiai) (tausojantis) | 20723   | 195/5  | 6,67                                | 6,69     | 31,61           | 213,31                |
| Trintos uogos                                                                          | 12603   | 25     | 0,18                                | 0,1      | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną                                                                   | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                                                      | 18001   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                    |         |        | 7,85                                | 6,99     | 49,36           | 291,61                |
| Pietūs 12:00 val.                                                                      |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                        |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis(tausojantis)                                     | 43383   | 150    | 3,11                                | 1,18     | 12,69           | 73,82                 |
| Žemaičių blynai su kiaulienos kumpiu                                                   | 11435   | 90/40  | 12,2                                | 9,25     | 46,17           | 316,72                |
| Grietinė (30 proc. rieb.)                                                              | 15092   | 20     | 0,52                                | 6        | 0,54            | 58,24                 |
| Morkų lazdelės                                                                         | 725     | 30     | 0,3                                 | 0,03     | 3,12            | 13,95                 |
| Daržovių rinkinukas (agurkas, pomidoras)                                               | 18042   | 50     | 0,43                                | 0,1      | 2,15            | 11,2                  |
| Vanduo paskanintas apelsinais                                                          | 6875    | 157,5  | 0,06                                | 0,01     | 0,82            | 3,59                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                    |         |        | 16,62                               | 16,56    | 65,49           | 477,52                |
| Vakarienė 15:30 val.                                                                   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                        |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti makaronai su braškėmis (tausojantis) (augalinis)                                 | 11437   | 75/45  | 9,28                                | 2,08     | 41,94           | 223,58                |
| Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)                                                         | 12506   | 40     | 10,68                               | 8,32     | 0,16            | 118,24                |
| Nesaldinta arbata                                                                      | 18000   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                    |         |        | 19,96                               | 10,4     | 42,1            | 341,85                |
| Iš viso dienai:                                                                        |         |        | 44,43                               | 33,95    | 156,95          | 1110,98               |



2 savaitė  
Ketvirtadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                             |         |        |                                     |          |                 |                       |
|------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Manų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojoantis) | 20720   | 145/5  | 6,77                                | 6,31     | 38,51           | 237,90                |
| Vaisiai pagal sezoną                                             | 38050   | 141    | 0,85                                | 0,14     | 15,65           | 67,26                 |
| Arbata vaisinė                                                   | 18000   | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Iš viso maitinimui:                                              |         |        | 8,62                                | 6,65     | 69,56           | 372,46                |
| Pietūs 12:00 val.                                                |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kopūstų sriuba (tausojoantis) (augalinis)                        | 43367   | 150    | 1,59                                | 3,07     | 11,05           | 78,17                 |
| Žuvies maltinis (tausojoantis) (pangasijų file)                  | 13707   | 90     | 16,11                               | 9,93     | 1,78            | 160,93                |
| Virti ryžiai (tausojoantis)                                      | 15508   | 80     | 2,46                                | 0,12     | 22,62           | 101,40                |
| Burokėlių salotos su pupelėmis ir aliejumi                       | 47156   | 90     | 4,53                                | 2,13     | 11,16           | 81,95                 |
| Agurkai (pagal sezoną)                                           | 18040   | 50     | 0,35                                | 0        | 1,4             | 7                     |
| Vanduo paskanintas obuoliais                                     | 6882    | 200    | 0,03                                | 0,00     | 0,79            | 3,30                  |
| Iš viso maitinimui:                                              |         |        | 25,07                               | 15,25    | 48,8            | 432,75                |
| Vakarienė 15:30 val.                                             |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojoantis)           | 12983   | 120    | 24,19                               | 11,92    | 32,40           | 333,60                |
| Trintos braškės su bananais                                      | 4608    | 15     | 0,13                                | 0,06     | 2,16            | 9,69                  |
| Nesaldinta arbata                                                | 18001   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                              |         |        | 24,32                               | 11,98    | 34,56           | 343,31                |
| Iš viso dienai:                                                  |         |        | 58,01                               | 33,88    | 152,92          | 1148,52               |



2 savaitė  
Penktadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                                       |         |             |                                     |          |                 |                       |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                            |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Avižinių košė su bananais (tausojantis) (augalinis)                        | 20724   | 160/4<br>0  | 6,46                                | 5,57     | 37,38           | 225,49                |
| Vaisiai pagal sezoną                                                       | 2       | 120         | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                                          | 18000   | 200         | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                                        |         |             | 7,46                                | 5,77     | 52,78           | 292,82                |
| Pietūs 12:00 val.                                                          |         |             |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                            |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Makaronų sriuba su vištienos filė (tausojantis)                            | 43368   | 140/1<br>5  | 6,45                                | 3,89     | 14,62           | 119,29                |
| Kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)                                   | 20057   | 75          | 11,37                               | 7,64     | 0,61            | 116,69                |
| Jogurtinis (3,8%) padažas su žalumynais                                    | 991     | 24          | 0,94                                | 2,43     | 1,46            | 31,45                 |
| Virtos bulvės (tausojantis)                                                | 18043   | 85          | 1,90                                | 0,10     | 18,72           | 83,32                 |
| Morkų salotos                                                              | 13719   | 90          | 0,78                                | 4,63     | 8,11            | 77,22                 |
| Daržovių rinkinukas (agurkas, pomidoras)                                   | 18044   | 40          | 0,34                                | 0,08     | 1,72            | 8,96                  |
| Vanduo su citrina                                                          | 18007   | 200         | 0,08                                | 0,02     | 0,67            | 3,14                  |
| Iš viso maitinimui:                                                        |         |             | 21,85                               | 18,78    | 45,86           | 439,9                 |
| Vakarienė 15:30 val.                                                       |         |             |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                            |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)                                | 43373   | 150         | 6,15                                | 2,96     | 25,24           | 152,21                |
| Ruginė duona su sėklo ir sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 | 15363   | 30/5/1<br>5 | 6,46                                | 9,11     | 14,29           | 164,99                |
| Iš viso maitinimui:                                                        |         |             | 12,61                               | 12,07    | 39,53           | 317,2                 |
| Iš viso dienai:                                                            |         |             | 41,92                               | 36,62    | 138,17          | 1049,92               |

3 savaitė  
Pirmadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                              |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                             | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Ryžių košė su migdolų drožlėmis (tausojantis)                     | 20725   | 195/5  | 6,48                                | 9,93     | 31,74           | 242,26                |
| Vaisiai pagal sezoną                                              | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Kakava su pienu (2,5 proc.rieb.)                                  | 18004   | 150    | 2,31                                | 1,99     | 4,03            | 43,23                 |
| Iš viso maitinimui:                                               |         |        | 9,79                                | 12,12    | 51,17           | 352,79                |
| Pietūs 12:00 val.                                                 |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                             | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis) | 43369   | 150    | 2,13                                | 2,12     | 17,92           | 99,29                 |
| Ruginė duona su sėklomis                                          | 15621   | 30     | 2,73                                | 1,23     | 13,92           | 77,67                 |
| Vištienos kumpelių/šlaunelių troškiny (tausojantis)               | 15621   | 80     | 14,09                               | 11,44    | 3,73            | 174,2                 |
| Virti griekiai (tausojantis)                                      | 15621   | 70     | 4,41                                | 1,09     | 24,26           | 124,43                |
| Daržovių rinkinukas (paprikos, pomidoras)                         | 15621   | 80     | 0,76                                | 0,24     | 5               | 25,2                  |
| Vanduo paskanintas apelsinais                                     | 15621   | 200    | 0,06                                | 0,01     | 0,82            | 3,59                  |
| Iš viso maitinimui:                                               |         |        | 24,19                               | 16,12    | 65,65           | 504,38                |
| Vakarienė 15:30 val.                                              |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                             | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Konvekciniėje keptos bulvės su prieskoniais (tausojantis)         | 6141    | 150    | 3,01                                | 2,15     | 29,56           | 149,66                |
| Sūrio lazdelė (40 proc.rieb)                                      | 12506   | 40     | 10,68                               | 8,32     | 0,16            | 118,24                |
| Kefyras (2,5 proc.rieb.)                                          | 18006   | 200    | 6,40                                | 5,00     | 8,00            | 102,60                |
| Iš viso maitinimui:                                               |         |        | 20,09                               | 15,47    | 37,72           | 370,50                |
| Iš viso dienai:                                                   |         |        | 54,07                               | 43,71    | 154,54          | 1227,67               |



3 savaitė  
Antradienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                               |         |        |                                     |          |                 |                       |
|--------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                              | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                    |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Miežinė košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)             | 20721   | 200/5  | 6,73                                | 6,77     | 33,86           | 223,28                |
| Trintos uogos                                                      | 15089   | 25     | 0,18                                | 0,10     | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną                                               | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                                  | 18000   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                                |         |        | 7,91                                | 7,07     | 51,61           | 301,59                |
| Pietūs 12:00 val.                                                  |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                              | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                    |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)                      | 14284   | 150    | 3,92                                | 3,24     | 13,77           | 99,95                 |
| Netikri balandėliai su kopūstais (kiaulienos kumpis) (tausojantis) | 20053   | 50/40  | 15,29                               | 8,77     | 11,98           | 187,97                |
| Rausvasis padažas (pomidorų padažas, grietinė 30 prod. rieb.)      | 20478   | 27     | 0,69                                | 6,01     | 2,41            | 66,51                 |
| Bulvių košė (tausojantis)                                          | 11374   | 90     | 2,24                                | 2,93     | 18,46           | 109,10                |
| Ridikai/ridikėliai                                                 | 18046   | 50     | 0,54                                | 0,04     | 1,42            | 8,12                  |
| Pomidorai                                                          | 47072   | 60     | 0,6                                 | 0,24     | 3,48            | 18,48                 |
| Vanduo paskanintas obuoliais                                       | 6882    | 200    | 0,03                                | 0,00     | 0,79            | 3,30                  |
| Iš viso maitinimui:                                                |         |        | 23,29                               | 21,22    | 52,28           | 493,26                |
| Vakarienė 15:30 val.                                               |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                              | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                    |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės (9 proc. rieb.) ir moliūgų paplotėliai                     | 13012   | 140    | 16,23                               | 17,45    | 19,65           | 300,54                |
| Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)                           | 15096   | 30     | 1,11                                | 0,9      | 1,53            | 18,66                 |
| Nesaldinta arbata                                                  | 15920   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                                |         |        | 17,34                               | 18,35    | 21,18           | 319,22                |
| Iš viso dienai:                                                    |         |        | 48,54                               | 46,64    | 125,07          | 1114,07               |

3 savaitė  
Trečiadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                                                        |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                             |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Perlinių kruopų košė su cukinijomis (tausojantis) (augalinis)                               | 20726   | 160/40 | 4,73                                | 7,94     | 34,56           | 228,58                |
| Vaisiai pagal sezoną                                                                        | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                                                           | 18000   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                         |         |        | 5,73                                | 8,14     | 49,96           | 295,91                |
| Pietūs 12:00 val.                                                                           |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                                       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                             |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Daržovių (žirneliai, morkos, bulvės, kopūstai baltagūžiai) sriuba (augalinis) (tausojantis) | 43371   | 150    | 2,6                                 | 2,19     | 13,72           | 84,99                 |
| Vištienos filė guliašas (tausojantis)                                                       | 23543   | 90     | 18,6                                | 7,85     | 6,14            | 169,61                |
| Makaronai (tausojantis)                                                                     | 21485   | 80     | 5,71                                | 2,86     | 22,06           | 136,77                |
| Morkų - obuolių salotos (augalinis)                                                         | 47073   | 90     | 0,69                                | 4,61     | 8,62            | 78,75                 |
| Vanduo su citrina                                                                           | 18007   | 200    | 0,08                                | 0,02     | 0,67            | 3,14                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                         |         |        | 27,65                               | 17,53    | 51,19           | 473,18                |
| Vakarienė 15:30 val.                                                                        |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                                       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                             |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Morkų ir apelsinų pyragas (tausojantis)                                                     | 18049   | 60     | 4,81                                | 8,52     | 29,32           | 213,18                |
| Pienas (2,5 proc. rieb.)                                                                    | 18003   | 200    | 5,60                                | 5,00     | 9,40            | 105,00                |
| Iš viso maitinimui:                                                                         |         |        | 10,41                               | 13,52    | 38,72           | 318,18                |
| Iš viso dienai:                                                                             |         |        | 43,79                               | 39,19    | 139,87          | 1087,27               |

3 savaitė  
Ketvirtadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                                                                                       |         |        |                                     |          |                 |                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška penkių rūšių kruopų košė su saulėgrąžomis (avižos, rūgiai, miežiai, kviečiai, soros (tausojantis) | 7998    | 197/3  | 11,46                               | 6,49     | 52,76           | 315,29                |
| Vaisiai pagal sezoną                                                                                       | 2       | 120    | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                                                                                          | 18001   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                        |         |        | 12,46                               | 6,69     | 68,16           | 382,61                |
| Pietūs 12:00 val.                                                                                          |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)                                 | 43372   | 150    | 5,69                                | 2,91     | 19,96           | 128,83                |
| Ruginė duona su sėklomis                                                                                   | 15621   | 30     | 2,73                                | 1,23     | 13,92           | 77,67                 |
| Orkaitėje kepti žuvies lydekos filė maltinukai (tausojantis)                                               | 13669   | 70     | 13,96                               | 8,54     | 4,8             | 151,96                |
| Virti ryžiai (tausojantis)                                                                                 | 15508   | 80     | 2,46                                | 0,12     | 22,62           | 101,40                |
| Burokėlių ir kopūstų salotos (augalinis)                                                                   | 47082   | 80     | 1,68                                | 4,74     | 3,26            | 62,44                 |
| Vanduo paskanintas apelsiniais                                                                             | 6875    | 200    | 0,06                                | 0,01     | 0,82            | 3,59                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                        |         |        | 26,59                               | 17,56    | 65,38           | 525,89                |
| Vakarienė 15:30 val.                                                                                       |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Bulvių kukuliai su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)                                                    | 12981   | 90/30  | 8,77                                | 3,95     | 35,54           | 212,83                |
| Grietinė (30 proc. rieb.)                                                                                  | 18602   | 30     | 0,78                                | 9        | 0,81            | 87,36                 |
| Nesaldinta arbata                                                                                          | 18001   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                        |         |        | 9,55                                | 12,95    | 36,35           | 300,21                |
| Iš viso dienai:                                                                                            |         |        | 48,6                                | 37,2     | 169,89          | 1208,71               |

3 savaitė  
Penktadienis

| Pusryčiai 08:30 val.                            |         |             |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                           | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                 |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Avižinių kruopų košė su bananais (tausojantis)  | 20727   | 160/4<br>0  | 8,73                                | 10,14    | 37,05           | 274,35                |
| Trintos uogos                                   | 15100   | 20          | 0,14                                | 0,08     | 1,08            | 5,60                  |
| Vaisiai pagal sezoną                            | 2       | 120         | 1                                   | 0,2      | 15,4            | 67,3                  |
| Nesaldinta arbata                               | 18005   | 200         | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                             |         |             | 9,87                                | 10,42    | 53,53           | 347,28                |
| Pietūs 12:00 val.                               |         |             |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                           | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                 |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis) | 14265   | 150         | 1,49                                | 2,26     | 11,89           | 73,87                 |
| Traputis                                        | 12505   | 10          | 0,92                                | 0,55     | 7,25            | 37,63                 |
| Virti kiaulienos kumpio kukuliai (tausojantis)  | 2059    | 80          | 15,92                               | 7,51     | 4,44            | 149,03                |
| Bulvių košė (tausojantis)                       | 11374   | 90          | 2,24                                | 2,93     | 18,46           | 109,10                |
| Daržovių rinkinukas (agurkas, pomidoras)        | 18047   | 95          | 0,8                                 | 0,18     | 4,01            | 20,86                 |
| Vanduo paskanintas obuoliais                    | 6882    | 200         | 0,03                                | 0,00     | 0,79            | 3,30                  |
| Iš viso maitinimui:                             |         |             | 21,4                                | 13,42    | 46,84           | 393,78                |
| Vakarienė 15:30 val.                            |         |             |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                           | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                 |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)          | 43374   | 160         | 5,60                                | 7,34     | 17,96           | 160,34                |
| Ruginė duona su sėklomis ir sviestu (82         | 15462   | 30/5/2<br>0 | 7,22                                | 5,33     | 13,98           | 132,75                |
| Iš viso maitinimui:                             |         |             | 13,73                               | 8,29     | 41,76           | 296,55                |
| Iš viso dienai:                                 |         |             | 45                                  | 32,13    | 142,13          | 1037,61               |