

**6- 10 metų**

I savaitė - Pirmadienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                         | Rp. Nr. | Išeiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                               |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                               |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Žalių žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)                               | Sr016   | 150       | 3.2                         | 2.2         | 12.5               | 82                   |
| Juoda duona                                                                   |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)                           | P017    | 50        | 11.3                        | 2,5         | 2,9                | 80                   |
| Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)                               | Gr010   | 120       | 7.4                         | 1.5         | 40.3               | 204                  |
| Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi | S009    | 70        | 1.6                         | 5.2         | 4.5                | 71                   |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)    | D006    | 20/20     | 0.4                         | 0.1         | 2.6                | 13                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)         | G009    | 150       | 0.0                         | 0.0         | 0.8                | 3                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                               |         |           | <b>33.0</b>                 | <b>13.3</b> | <b>82.6</b>        | <b>582</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išeiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                  |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                  |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Varškė (9%) su uogomis ir bananais (tausojantis) | U035    | 56/12/12  | 9.2                         | 5.2         | 6.6                | 110                  |
| Balta duonelė                                    |         | 30        | 2.4                         | 1.4         | 15.6               | 83                   |
| <b>Iš viso:</b>                                  |         |           | <b>11.6</b>                 | <b>6.5</b>  | <b>22.2</b>        | <b>192</b>           |

6- 10 metų

1 savaitė - Antradienis

Pietūs 12.00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                            | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                                  |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                                  |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų ar kt.) sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr010   | 150       | 1.7                         | 1.6         | 8.3                | 54                   |
| Juoda duona                                                                                      |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Kiaulienos troškinys su pupelėmis (T)                                                            | Se-K7   | 46/54     | 14.5                        | 3.4         | 13.2               | 142                  |
| Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)                                                  | Gr013   | 100       | 4,2                         | 1.0         | 23,15              | 118,7                |
| Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)                               | S005    | 70        | 1,3                         | 4.8         | 7.9                | 100                  |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                            | G009    | 150       | 0.1                         | 0.0         | 0.7                | 3                    |
| Iš viso:                                                                                         |         |           | 26.5                        | 13.8        | 82.2               | 559                  |

Pavakariai 14.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                        | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                              |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                              |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Lietiniai blynai su varškės įdaru            | M010.3  | 70/30     | 8.5                         | 7.3         | 20.8               | 183                  |
| Natūralus jogurtas 2,5%                      |         | 30        | 1.0                         | 0.8         | 1.3                | 16                   |
| Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata | G003    | 150       | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0                    |
| Iš viso:                                     |         |           | 9.5                         | 8.0         | 22.0               | 199                  |

# 6- 10 metų

1 savaitė - Trečiadienis

## Pietūs 12.00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                                      |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                                      |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Žirnių ir miežinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)                                           | Sr037   | 150       | 5.5                         | 2.4         | 18.1               | 116                  |
| Juoda duona                                                                                          |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Kapotos vištienos kepsniukas                                                                         | P019    | 50        | 10,5                        | 4,5         | 2,5                | 92                   |
| Bulvių košė (tausojantis)                                                                            | Gr012   | 100       | 2.3                         | 2.9         | 16.7               | 102                  |
| Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A) | Se-S2.1 | 50        | 0,65                        | 0.25        | 2,7                | 31                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                | G009    | 150       | 5.1                         | 3.8         | 7.4                | 84                   |
| Iš viso:                                                                                             |         |           | 33.0                        | 17.1        | 68.9               | 561                  |

## Pavakariai 14.30 val.

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Manų kruopų košė (tausojantis) | Kr022   | 120       | 4.1                         | 6.6         | 15.8               | 139                  |
| Sėlenos (košei)                |         | 5         | 0.9                         | 0.4         | 3.3                | 20                   |
| Sezoninės uogos (košei)        |         | 15        | 0.1                         | 0.1         | 1.5                | 7                    |
| Pienas 2.5%                    |         | 100       | 3.4                         | 2.5         | 4.9                | 56                   |
| Iš viso:                       |         |           | 8.5                         | 9.5         | 25.4               | 222                  |

**6- 10 metų**

1 savaitė – Ketvirtadienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                            |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                            |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)                           | Sr005   | 150       | 1.3                         | 1.5         | 8.5                | 53                   |
| Juoda duona                                                                |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)                                 | Ž013    | 100       | 14.2                        | 2.1         | 12.5               | 126                  |
| Bulvių košė (tausojantis)                                                  | Gr012   | 160       | 3.6                         | 4.7         | 26.7               | 163                  |
| Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi                              | S004    | 100       | 1.0                         | 5.2         | 9.3                | 88                   |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys) | D006    | 20/20     | 0.4                         | 0.1         | 1.8                | 10                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)      | G009    | 100       | 0.0                         | 0.0         | 0.5                | 2                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                            |         |           | <b>22.9</b>                 | <b>14.1</b> | <b>76.6</b>        | <b>525</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                            |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                            |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Virtos kiaulienos sardelės                                                 | K013    | 60        | 4.6                         | 15.7        | 0.1                | 160                  |
| Juoda duona                                                                |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys) | D006    | 20/20     | 0.4                         | 0.1         | 1.8                | 10                   |
| Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata                               | G003    | 100       | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                            |         |           | <b>7.2</b>                  | <b>16.3</b> | <b>19.3</b>        | <b>252</b>           |

**6- 10 metų**

1 savaitė - Penktadienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr. | Išeiga, g  | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                                            |         |            | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                                            |         | 6-10 m.    | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)                                                                       | Se-Sr26 | 150        | 4.1                         | 1.3         | 14.6               | 86                   |
| Juoda duona                                                                                                |         | 40         | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Varškės apkepas su kriaušėmis, praturtintas avižų sėlenomis ir pagardintas migdolų drožlėmis (tausojantis) | V011    | 79/10/10/1 | 19.5                        | 14.0        | 23.7               | 299                  |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                                                    |         | 30         | 1,0                         | 0,4         | 1,3                | 15,6                 |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)                                 | D006    | 50/50      | 1.0                         | 0.2         | 5.3                | 27                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                      | G009    | 150        | 0.1                         | 0.0         | 0.7                | 3                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                                                            |         |            | <b>28.5</b>                 | <b>17.1</b> | <b>63.7</b>        | <b>523</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                        | Rp. Nr. | Išeiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                              |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                              |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis) | M008    | 85/15     | 9.2                         | 6.5         | 28.3               | 209                  |
| Arbata su pienu (2,5%)                                       | G005    | 150       | 2.6                         | 1.9         | 3.7                | 42                   |
| <b>Iš viso:</b>                                              |         |           | <b>11.8</b>                 | <b>8.4</b>  | <b>32.0</b>        | <b>250</b>           |

## Pietūs 12.00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                                             | Rp. Nr.   | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                   |           |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                   |           | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Daržovių sultinys su makaronais ir šviežiais žalumynais (T), (A)                  | Se-Sr35.2 | 150       | 2.4                         | 0.3         | 13.8               | 68                   |
| Juoda duona                                                                       |           | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai praturtinti kviečių sėlenomis (tausojantis) | K002      | 46/4      | 11,7                        | 4,65        | 3,55               | 102,5                |
| Grikių birus (tausojantis)                                                        | Gr012     | 100       | 2,3                         | 2,9         | 16,7               | 102                  |
| Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)     | S001      | 50        | 0,7                         | 2,0         | 3,2                | 33                   |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)        | D006      | 25/25     | 0.5                         | 0.2         | 2.2                | 13                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)             | G009      | 150       | 0.1                         | 0.0         | 0.7                | 3                    |
| Iš viso:                                                                          |           |           | 33.0                        | 17.8        | 71.2               | 577                  |

## Pavakariai 14.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                    | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                          |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                          |         |           |                             |             |                    |                      |
| Varškė 9% ir morkų apkepas (tausojantis) | V013    | 73/27     | 11,6                        | 11,9        | 15,7               | 217                  |
| Natūralus jogurtas (2,5%)                |         | 30        | 1,0                         | 0,8         | 1,3                | 16                   |
| Arbata nesaldinta                        | G005    | 200       | 0                           | 0           | 0                  | 0                    |
| Iš viso:                                 |         |           | 12,6                        | 12,7        | 17,00              | 232                  |

2 savaitė - Antradienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                            |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                            |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)                      | Sr004   | 150       | 2.8                         | 1.4         | 14.0               | 80                   |
| Juoda duona                                                                |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)                            | Gr010   | 100       | 6,2                         | 1,2         | 33,6               | 170                  |
| Troškintos maltos jautienos padažas (tausojantis)                          | J005    | 50        | 6.7                         | 6.6         | 4,9                | 106                  |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys) | D006    | 70/70     | 1.6                         | 0.5         | 10.7               | 54                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)      | G009    | 150       | 0.1                         | 0.0         | 0.7                | 3                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                            |         |           | <b>26.7</b>                 | <b>14.8</b> | <b>101.1</b>       | <b>644</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                        | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                              |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                              |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)          | Sr024   | 160/40    | 5.9                         | 7.5         | 20.1               | 172                  |
| Trapučiai                                    |         | 20        | 2.2                         | 0.3         | 15.0               | 72                   |
| Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata | G003    | 150       | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0                    |
| <b>Iš viso:</b>                              |         |           | <b>8.2</b>                  | <b>7.9</b>  | <b>35.1</b>        | <b>244</b>           |

2 savaitė - Trečiadienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išeiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                            |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                            |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Raugintų kopūstų sriuba (T), (A)                                           | Se-Sr27 | 150       | 1.3                         | 1.5         | 7.9                | 51                   |
| Juoda duona                                                                |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Plovas su vištiena (tausojantis)                                           | P023    | 80/40     | 13.0                        | 6.4         | 19.8               | 226                  |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys) | D006    | 50/50     | 0.9                         | 0.2         | 3.2                | 18                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)      | G009    | 150       | 0.1                         | 0.0         | 1.3                | 6                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                            |         |           | <b>30.5</b>                 | <b>14.8</b> | <b>69.5</b>        | <b>534</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                        | Rp. Nr. | Išeiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                              |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                              |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)         | Kr006   | 150       | 6.4                         | 3.8         | 35.2               | 200                  |
| Sviestas (82 %)                              |         | 5         | 0.0                         | 4.1         | 0.0                | 37                   |
| Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata | G003    | 150       | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0                    |
| <b>Iš viso:</b>                              |         |           | <b>6.4</b>                  | <b>7.9</b>  | <b>35.2</b>        | <b>237</b>           |



2 savaitė - Ketvirtadienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                                | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                      |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                      |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)                       | Sr021   | 150       | 2.8                         | 2.5         | 20.0               | 113                  |
| Juoda duona                                                                          |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Menkių (lydekų) filė maltiniai (tausojantis)                                         | Ž011    | 50        | 7,5                         | 5,00        | 1,00               | 78,2                 |
| Bulvių košė (tausojantis)                                                            | Gr012   | 100       | 2,25                        | 2,9         | 16,7               | 102,5                |
| Daržovių (kopūstų, morkų, pomidorų, agurkų) salotos su saldžiąja paprika (augalinis) | S010    | 50        | 0.6                         | 2,75        | 3,4                | 40                   |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)           | D006    | 15/15     | 0.3                         | 0.1         | 1.0                | 5                    |
| Kefyras 2,5%                                                                         |         | 100       | 3.4                         | 2.5         | 4.9                | 56                   |
| <b>Iš viso:</b>                                                                      |         |           | <b>24.1</b>                 | <b>21.2</b> | <b>70.3</b>        | <b>568</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                                                               | Rp. Nr. | Išėiga, g       | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                                                     |         |                 | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                                                     |         | 6-10 m.         | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu (45%), virta dešra ir žalumynais (tausojantis) | U026.2  | 30/5/15/25/10/5 | 10.1                        | 9.9         | 17.6               | 200                  |
| Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata                                                                        | G003    | 150             | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                                                                     |         |                 | <b>10.1</b>                 | <b>9.9</b>  | <b>17.6</b>        | <b>200</b>           |

## Pietūs 12.00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                            |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                            |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)                                   | Sr014   | 150       | 2.3                         | 2.3         | 17.4               | 99                   |
| Juoda duona                                                                |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Orkaitėje keptos paukšties šlaunelės (tausojantis)                         | P025    | 50        | 8,13                        | 7,3         | 0.19               | 114,4                |
| Bulvių košė (tausojantis)                                                  | Gr012   | 100       | 2,25                        | 2,9         | 16,7               | 102,5                |
| Morkų salotos su česnakais ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)   | S019    | 50        | 0.5                         | 0.2         | 2.7                | 13                   |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys) | D006    | 25/25     | 0.5                         | 0.1         | 2.1                | 13                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)      | G009    | 150       | 0.1                         | 0.0         | 0.2                | 1                    |
| Iš viso:                                                                   |         |           | 27.5                        | 18.2        | 60.0               | 514                  |

## Pavakariai 14.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                        | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                              |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                              |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Morkų blynėliai (tausojantis)                | D001    | 80        | 8.1                         | 7.0         | 34.3               | 233                  |
| Natūralus jogurtas 2,5%                      |         | 30        | 1.0                         | 0.8         | 1.3                | 16                   |
| Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata | G003    | 150       | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0                    |
| Iš viso:                                     |         |           | 9.1                         | 7.8         | 35.6               | 249                  |

## Pietūs 12.00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                                          | Rp. Nr. | Išėiga, g    | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                |         |              | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                |         | 6-10 m.      | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)                                       | Sr008   | 150          | 1.3                         | 1.5         | 7.9                | 50                   |
| Juoda duona                                                                    |         | 40           | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Vištienos filė troškinta su grietinėle ir daržovėmis (tausojantis)             | P002    | 20/12,5/17,5 | 6,6                         | 5.1         | 1,75               | 79                   |
| Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)                              | Gr017   | 100          | 7,35                        | 0.6         | 24,8               | 117,4                |
| Burokėlių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) | S018    | 50           | 1,38                        | 3,2         | 2,94               | 46,3                 |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)     | D006    | 25/25        | 0.5                         | 0.1         | 2.8                | 14                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)          | G009    | 150          | 0.1                         | 0.0         | 0.5                | 2                    |
| Iš viso:                                                                       |         |              | 24.2                        | 18.2        | 73.9               | 557                  |

## Pavakariai 14.30 val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                               | Rp. Nr. | Išėiga, g       | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                                                     |         |                 | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                                                     |         | 6-10 m.         | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu (45%), virta dešra ir žalumynais (tausojantis) | U026.2  | 30/5/15/25/10/5 | 10.1                        | 9.9         | 17.6               | 200                  |
| Arbatžolių arbata su citrina                                                                                        | G004    | 150             | 0.0                         | 0.0         | 4.2                | 17                   |
| Iš viso:                                                                                                            |         |                 | 10.1                        | 9.9         | 21.9               | 217                  |

3 savaitė - Antradienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                       |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                       |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)                               | Sr015   | 150       | 5.2                         | 2.3         | 17.4               | 111                  |
| Juoda duona                                                           |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai (tausojantis)           | K005    | 30/20     | 11,5                        | 11,5        | 0,82               | 97,2                 |
| Bulvių košė (tausojantis)                                             | Gr012   | 100       | 2,25                        | 2,9         | 16,7               | 102,5                |
| Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)    | S005    | 50        | 0.7                         | 2.6         | 3.0                | 38                   |
| Pjaustyti švieži agurkai (augalinis)                                  | D000.4  | 50        | 0.4                         | 0.1         | 1.2                | 7                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | G009    | 150       | 0.1                         | 0.0         | 0.7                | 3                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                       |         |           | <b>29.6</b>                 | <b>27.3</b> | <b>61.1</b>        | <b>608</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                        | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                              |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                              |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)          | Sr024   | 112/28    | 4.2                         | 5.3         | 14.1               | 120                  |
| Arbatinė bandelė                             |         | 40        | 5.5                         | 10.5        | 0.6                | 119                  |
| Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata | G003    | 150       | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0                    |
| <b>Iš viso:</b>                              |         |           | <b>9.6</b>                  | <b>15.8</b> | <b>14.7</b>        | <b>239</b>           |

3 savaitė - Trečiadienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                               | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                     |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                     |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)                                    | Sr012   | 150       | 2.2                         | 2.3         | 17.1               | 98                   |
| Juoda duona                                                                         |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Garuose kepta vištienos file su kukurūzų miltų plutele (T)                          | Se-P21  | 50        | 12                          | 1,5         | 8,9                | 96,3                 |
| Pilno grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)                                | Gr011   | 100       | 6,00                        | 5,1         | 32,2               | 200                  |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis) | S027    | 40        | 0.5                         | 2.1         | 1.5                | 25                   |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)          | D006    | 25/25     | 0.5                         | 0.1         | 3.2                | 16                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)               | G009    | 150       | 0.1                         | 0.0         | 0.7                | 3                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                                     |         |           | <b>31.8</b>                 | <b>13.5</b> | <b>92.7</b>        | <b>619</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                         | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                               |         |           | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                               |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Keptuvėje kepti spelta miltų lietiniai blynai | M030    | 120       | 4.0                         | 2.2         | 21.4               | 122                  |
| Grietinė 30%                                  |         | 20        | 0.5                         | 6.0         | 0.6                | 58                   |
| Sezoninės uogos                               |         | 15        | 0.1                         | 0.1         | 1.5                | 7                    |
| Pienas 2.5%                                   |         | 100       | 3.4                         | 2.5         | 4.9                | 56                   |
| <b>Iš viso:</b>                               |         |           | <b>8.0</b>                  | <b>10.8</b> | <b>28.4</b>        | <b>243</b>           |

3 savaitė - Ketvirtadienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                                | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                                      |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                                      |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Rūgštinių sriuba (tausojantis) (augalinis)                                           | Sr007   | 150       | 1.0                         | 1.6         | 8.2                | 51                   |
| Juoda duona                                                                          |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Orkaitėje keptos jūrinių lydekų filė (tausojantis)                                   | Ž017    | 50        | 10,75                       | 2,13        | 0.0                | 62,5                 |
| Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)                                               | Gr002.1 | 100       | 3,75                        | 0.1         | 32,7               | 147                  |
| Daržovių (kopūstų, morkų, pomidorų, agurkų) salotos su saldžiąja paprika (augalinis) | S010    | 50        | 0.6                         | 3.1         | 3.9                | 46                   |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys)           | D006    | 25/25     | 0.5                         | 0.1         | 2.8                | 14                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                |         | 100       | 3.4                         | 2.5         | 4.9                | 56                   |
| <b>Iš viso:</b>                                                                      |         |           | <b>29.4</b>                 | <b>11.3</b> | <b>76.3</b>        | <b>525</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                 | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                       |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                       |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Bulvių košė su morkomis (tausojantis) | Gr012.2 | 120/30    | 3.3                         | 4.4         | 24.2               | 150                  |
| Kefyras 2,5%                          |         | 150       | 5.1                         | 3.8         | 7.4                | 84                   |
| <b>Iš viso:</b>                       |         |           | <b>8.4</b>                  | <b>8.2</b>  | <b>31.5</b>        | <b>233</b>           |

3 savaitė - Penktadienis

**Pietūs 12.00 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                                            |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                                            |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Barščiai su kopūstais (tausojantis) (augalinis)                            | Sr003.2 | 150       | 2.0                         | 2.0         | 13.6               | 81                   |
| Juoda duona                                                                |         | 40        | 2.2                         | 0.4         | 17.4               | 82                   |
| Virtos kiaulienos sardelės                                                 | K013    | 50        | 3,82                        | 13,15       | 0.1                | 134                  |
| Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)                            | Gr010   | 100       | 6,17                        | 1,25        | 48,3               | 170                  |
| Šviežių sezoninių daržovių rinkinukas (augalinis) (ne mažiau kaip 2 rūšys) | D006    | 50/50     | 1.1                         | 0.4         | 4.5                | 25                   |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)      | G009    | 100       | 0.0                         | 0.0         | 0.7                | 3                    |
| <b>Iš viso:</b>                                                            |         |           | <b>18.8</b>                 | <b>25.2</b> | <b>76.6</b>        | <b>609</b>           |

**Pavakariai 14.30 val.**

| Patiekalo pavadinimas                                         | Rp. Nr. | Išėiga, g | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
|                                                               |         |           | baltymai,g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
|                                                               |         | 6-10 m.   | 6-10 m.                     | 6-10 m.     | 6-10 m.            | 6-10 m.              |
| Pilno grūdo avižiniai dribsniai su pienu (2,5%) (tausojantis) | U020    | 90/30     | 6.4                         | 6.8         | 21.5               | 172                  |
| Nesaldinta vaisinė/arbatžolių/žolelių arbata                  | G003    | 150       | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0                    |
| <b>Iš viso:</b>                                               |         |           | <b>6.4</b>                  | <b>6.8</b>  | <b>21.5</b>        | <b>172</b>           |

Direktorė

Diana Laurinavičienė-Kubilė