

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Kvietinių kruopų košė su sviestu		209	8,05	9,66	35,92	253,94
Sumuštinis su virta dešra		50	4,54	9,15	12,97	149,25
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			12,59	18,81	59,89	448,09

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Jogurtas		125	3,80	3,70	15,30	107,00
Traputis		10	1,12	0,03	6,24	34,20
Iš viso:			4,92	3,73	21,54	141,20

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščiai su bulvėmis		209	1,51	6,69	11,84	105,21
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Bulvių plokštainis		150	13,82	4,95	18,54	184,33
Grietinės padažas		25	0,51	4,91	1,50	46,95
Iš viso:			17,80	16,94	47,04	406,14

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Varškės apkepas		180	25,12	18,04	27,26	355,77
Grietinės padažas		25	0,51	4,91	1,50	46,95
Kakava su pienu		200	3,77	3,20	17,81	118,30
Iš viso:			29,40	26,15	46,57	521,02
Visos dienos davinio:			64,71	65,63	175,04	1516,45

Antradienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Ryžių košė su uogine		208	5,96	9,37	39,20	263,39
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			5,96	9,37	50,20	308,29

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (bananai)		120	1,40	0,36	27,72	116,00
Iš viso:			1,40	0,36	27,72	116,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų sriuba		209	4,13	6,90	11,90	116,56
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Kalakutienos kukuliai		70	14,97	5,72	0,04	112,50
Bulvių košė		100	1,45	3,80	10,96	80,34
Kopūstu salotos su morkomis		50	0,62	5,99	2,25	65,24
Iš viso:			23,13	22,80	40,31	444,29

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pieniška makaronų sriuba		200	6,83	9,16	25,90	209,20
Sumuštinis su virta dešra		60	4,32	8,99	15,23	153,63
Iš viso:			11,15	18,15	41,13	362,83
Visos dienos davinio:			41,64	50,68	159,36	1231,41

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Penkių javų kruopų košė		200	7,51	10,03	33,61	250,18
Uogienė		15	0,05	0,00	11,19	42,30
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			7,56	10,03	55,80	337,38

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (bananai)		120	1,40	0,36	27,72	116,00
Iš viso:			1,40	0,36	27,72	116,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis		208	2,23	6,69	11,96	111,45
Duona		30	1,68	0,39	15,16	69,65
Kiaulienos kukuliai		80	13,33	5,75	4,46	157,41
Griķiai		100	4,65	0,95	35,40	159,75
Marinuotų burokėlių salotos		50	0,77	7,06	5,23	83,17
Iš viso:			22,66	20,84	72,21	581,43

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pieniškų dešrelės su padažu		97	9,79	10,00	1,75	136,16
Daržovių salotos		50	0,44	2,40	3,32	32,85
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			12,19	12,79	31,23	283,56
Visos dienos davinio:			43,81	44,02	186,96	1318,37

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Miežinių kruopų košė su pakepintais svogūnais		210	5,05	10,81	33,39	247,80
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			5,05	10,81	44,39	292,70

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (kriaušės)		150	0,60	0,00	26,00	106,00
Iš viso:			0,60	0,00	26,00	106,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba		200	0,94	3,99	8,27	71,38
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Žuvies kepsniukas		75	14,06	13,65	7,00	218,11
Bulvių košė		100	1,45	3,80	10,96	80,34
Morkų salotos su česnakais		50	0,72	2,60	2,71	50,76
Iš viso:			19,13	24,43	44,10	490,24

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Virti varškėčiai		150	20,71	9,64	37,67	313,70
Uogienė		15	0,05	0,00	11,19	42,30
Arbata		200	0,00	18,04	11,00	44,90
Iš viso:			20,76	27,68	59,86	400,90
Visos dienos davinio:			45,54	62,92	174,35	1289,84

Penktadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Avižinių dribsnių košė		200	5,27	2,60	28,98	160,40
Uogos (šviežios)		30	0,30	0,00	2,34	3,90
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			5,57	2,60	42,32	209,20

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (obuoliai)		150	0,60	0,00	14,85	60,80
Iš viso:			0,60	0,00	14,85	60,80

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Daržovių sriuba		200	2,58	7,99	11,75	115,51
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Didžkukuliai su mėsa		180	13,99	3,58	40,18	285,28
Grietinės padažas		25	0,51	4,91	1,50	45,95
Iš viso:			19,04	16,87	68,59	516,39

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Skryliai su grietinės padažu		165	12,42	13,86	75,15	422,45
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			12,42	13,86	86,15	467,35
Visos dienos davinio:			37,63	33,33	211,91	1253,74

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Grikių košė		200	6,69	3,11	36,09	199,11
Natūralus jogurtas		15	4,40	3,90	4,70	41,00
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			11,09	7,01	51,79	285,01

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (bananai)		120	1,40	0,36	27,72	116,00
Iš viso:			1,40	0,36	27,72	116,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Raugintų kopūstų sriuba		200	1,02	3,99	7,62	70,72
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Vištiena su daržovėmis		110	26,28	11,40	10,65	245,35
Ryžiai		100	2,42	4,19	26,78	147,81
Morkų salotos su česnakais		50	0,72	2,60	2,71	50,76
Iš viso:			32,40	22,57	62,92	584,29

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Kepti varškėčiai		150	24,46	21,33	28,95	401,81
Uogienė		15	0,10	0,00	10,68	40,70
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			24,56	21,33	50,63	487,41
Visos dienos davinio:			69,45	51,27	193,06	1472,71

Antradienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Avižinių dribsnių košė su bananais		200	5,27	2,60	28,98	160,40
Uogiene		15	0,05	0,00	0,07	42,30
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			5,32	2,60	40,05	247,60

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (kriaušės)		120	0,60	0,00	26,00	106,00
Iš viso:			0,60	0,00	26,00	106,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščiai su bulvėmis ir grietine		209	1,51	6,69	11,18	105,21
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Kiaulienos maltinis		75	17,38	10,60	9,14	236,67
Bulvių košė		100	1,13	3,70	67,78	66,94
Pekino kopūstų-agurkų salotos		50	0,59	4,99	2,25	56,67
Iš viso:			22,57	26,37	105,51	535,14

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Virti makaronai su sūriu		225	12,58	10,63	52,64	328,85
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			12,58	10,63	63,64	373,75
Visos dienos davinio:			41,07	39,60	235,20	1262,49

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Penkių grūdų košė		200	7,30	3,80	33,37	195,38
Uogienė		15	0,05	0,00	11,19	42,30
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			7,35	3,80	55,56	282,58

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai(kriaušės)		150	0,60	0,00	26,00	106,00
Iš viso:			0,60	0,00	26,00	106,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Ryžių pomidorų sriuba		209	1,61	6,79	14,13	116,98
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Jautienos kukuliai		80	13,38	7,10	10,58	204,91
Bulvių košė		100	1,45	3,80	10,96	80,34
Kopūstų-morkų salotos		50	0,62	5,99	2,25	65,24
Iš viso:			19,02	24,07	53,08	537,12

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pieniškos dešrelės su padažu		100	9,79	10,00	1,75	136,16
Duona		30	1,68	0,39	15,16	69,65
Pomidorų salotos		50	0,34	4,99	2,22	54,79
Iš viso:			11,81	15,38	19,13	260,60
Visos dienos davinio:			38,78	43,25	153,77	1186,30

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Virtas kiaušinis, majonezas						
Žalieji žirneliai		120	8,28	9,60	5,72	142,40
Duona su sviestu		43	2,01	6,99	15,23	129,53
Arbata		2	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			10,29	16,59	31,95	316,83

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (kriaušės)		150	0,60	0,00	26,00	106,00
Iš viso:			0,60	0,00	26,00	106,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba		209	6,41	6,65	24,58	169,46
Duona		30	1,68	0,39	15,16	69,65
Žuvies maltinukas		75	15,06	6,05	9,86	159,66
Virtos bulvės		100	1,21	0,10	11,92	50,30
Pomidorų agurkų salotos		50	0,44	2,40	3,32	32,85
Iš viso:			24,80	15,59	64,84	481,92

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais		210	4,31	10,62	31,54	258,88
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			4,31	10,62	42,54	303,78
Visos dienos davinio:			40,00	42,80	165,33	1208,53

Penktadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Ryžių košė su uogiene		215	5,96	2,77	50,32	245,89
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			5,96	2,77	61,32	290,79

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (bananai)		120	1,40	0,36	27,72	116,00
Iš viso:			1,40	0,36	27,72	116,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pieniška daržovių sriuba		200	5,02	8,76	16,42	160,75
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Žemaičių blynai		150	11,14	13,91	26,19	298,02
Grietinės padažas		25	0,51	4,91	1,50	46,95
Iš viso:			18,63	27,97	59,27	575,37

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pieniškos dešrelės su padažu		97	9,79	10,00	1,75	136,16
Daržovių salotos		50	0,44	2,40	3,32	32,85
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			12,19	12,79	31,23	283,56
Visos dienos davinio:			38,18	43,89	179,54	1265,72

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Kvietinių kruopų košė su pakepintais svogūnais		208	7,19	9,44	36,25	258,58
Arbata		200		0,00	11,00	44,90
Iš viso:			7,19	9,44	47,25	303,48

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (kriaušės)		150	0,60	0,00	26,00	106,00
Iš viso:			0,60	0,00	26,00	106,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščiai su pupelėmis		209	3,15	6,69	14,62	125,85
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Kalakutienos troškiny su daržovėmis		110	14,08	15,09	10,33	229,35
Ryžiai		100	2,42	4,19	26,78	147,81
Morkų- obuolių salotos		50	0,60	6,72	4,57	80,84
Iš viso:			22,21	33,08	71,46	653,50

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Bulvių kukuliai		150	2,60	3,24	25,51	136,50
Grietinės padažas		25	0,51	4,91	1,50	46,95
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			3,11	8,15	38,01	228,35
Visos dienos davinio:			33,11	50,67	182,72	1291,33

Antradienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Manų košė su cinamonu		200	7,85	13,47	39,43	308,81
Kakava su pienu		200	3,77	3,20	17,81	118,30
Iš viso:			11,62	16,67	57,24	427,11

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (bananai)		120	1,40	0,36	27,72	116,00
Iš viso:			1,40	0,36	27,72	116,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Žirnių sriuba		209	4,13	6,90	11,90	116,56
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Cepelinai		180	13,99	3,58	40,18	285,28
Grietinės padažas		25	0,51	4,91	1,50	46,95
Iš viso:			20,59	15,78	68,74	518,44

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Močiutės košė		200	7,14	2,84	36,18	198,84
Uogienė		20	0,06	0,00	14,92	56,40
Arbata		200	0,00	18,04	11,00	44,90
Iš viso:			7,20	20,88	62,10	300,14
Visos dienos davinio:			40,81	53,69	215,80	1361,69

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais		200	6,74	9,71	36,16	258,91
Arbata		200	0,00	18,04	11,00	44,90
Iš viso:			6,74	27,75	47,16	303,81

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (obuoliai)		120	0,50	0,00	12,10	48,60
Iš viso:			0,50	0,00	12,10	48,60

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis		209	6,41	6,65	24,58	169,46
Duona		30	1,68	0,39	15,16	69,65
Balandėliai		150	13,10	8,13	8,87	167,51
Virtos bulvės		100	1,21	0,10	11,92	50,30
Rausvasis padažas		25	0,47	3,53	2,08	37,80
Burokėlių salotos		50	1,68	5,99	3,42	77,99
Iš viso:			24,55	24,79	66,03	572,71

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Makaronai su dešra ir daržovių padažu		200	9,40	10,34	39,85	323,76
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			9,40	10,34	50,85	368,66
Visos dienos davinio:			41,19	62,88	176,14	1293,78

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Ryžių košė su uogiene		215	5,96	2,77	50,32	245,89
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			5,96	2,77	61,32	290,79

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (kriaušės)		150	0,60	0,00	26,00	106,00
Iš viso:			0,60	0,00	26,00	106,00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Bulvienė		200	0,94	3,99	8,27	71,38
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Žuvies apkepas		75	15,06	6,05	9,86	159,66
Daržovių padažas		25	1,31	4,56	3,48	56,60
Bulvių košė		100	1,45	3,80	10,96	80,34
Kopūstų-morkų salotos		50	0,80	5,36	3,31	60,55
Iš viso:			21,52	24,15	51,04	498,18

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pilno grūdo makaronai		200	12,10	1,50	67,77	319,00
su fermentiniu sūriu		25	5,30	10,00	0,00	83,50
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			17,40	11,50	78,77	447,40
Visos dienos davinio:			45,48	38,42	217,13	1342,37

Penktadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Virtas kiaušinis su majonezu		70	7,15	8,60	1,34	117,21
Konservuoti žalieji žirneliai, pomidorai		50	1,13	0,00	4,38	21,84
Duona su sviestu		43	2,01	6,99	15,23	129,53
Arbata		200	0,00	18,04	11,00	44,90
Iš viso:			10,29	33,63	31,95	313,48

Priešpiečiai 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Vaisiai (obuoliai)		150	0,60	0,00	14,85	60,80
Iš viso:			0,60	0,00	14,85	60,80

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba		209	5,08	6,06	17,24	135,76
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Mėsos-ryžių plovos		200	17,36	13,31	33,45	333,73
Konservuoti agurkai		30	0,00	0,00	1,05	4,80
Iš viso:			24,40	19,76	66,90	543,94

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Močiutės košė		210	7,35	9,07	36,42	253,64
Uogienė		15	0,06	0,00	14,92	56,40
Arbata		200	0,00	0,00	11,00	44,90
Iš viso:			7,41	9,07	62,34	354,94
Visos dienos davinio:			42,70	62,46	176,04	1273,16