

1 savaitė

Pirmadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščiai su bulvėmis	37/17	150	1,51	6,69	11,84	105,21
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Kiaulienos guliašas	117/21	80	21,71	16,27	5,28	278,42
Ryžiai	117/21	100	2,42	4,19	26,78	147,81
Morkų, obuolių, kopūstų salotos	117/21	100	0,60	6,72	4,57	50,54
<b>Iš viso:</b>			<b>29,24</b>	<b>34,47</b>	<b>65,57</b>	<b>668,08</b>

Antradienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų sriuba	29/3	150	4,13	6,90	11,90	116,56
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Kalakutienos kukuliai su troškintomis morkomis	100/10	80	15,45	5,77	2,73	245,36
Bulvių košė	127/2	100	1,45	3,80	10,96	80,34
Pomidorų, agurkų, paprikos salotos su alyvuogių aliejumi	141/10	100	0,62	5,99	2,25	78,25
<b>Iš viso:</b>			<b>24,65</b>	<b>23,06</b>	<b>44,94</b>	<b>606,61</b>

Trečiadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis	33/10	150	2,23	6,69	11,96	111,45
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Kiaulienos kukuliai	103/12	80	13,33	5,75	4,46	157,41
Grikių	103/12	100	4,65	0,95	35,40	165,75
Marinuotų agurkėlių, kopūstų salotos	103/12	100	0,77	7,06	5,23	83,17
<b>Iš viso:</b>			<b>23,98</b>	<b>21,05</b>	<b>74,15</b>	<b>603,88</b>

Ketvirtadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba	37/16	150	0,94	3,99	8,27	140,18
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Žuvies kepsniukas	108/15	75	14,06	13,65	7,00	218,11
Virtos bulvės	106/13	100	1,45	3,80	10,96	80,34
Kopūstų, morkų ir agurkų salotos	147/21	100	0,40	5,99	3,01	67,45
<b>Iš viso:</b>			<b>19,85</b>	<b>28,03</b>	<b>46,34</b>	<b>592,18</b>

Penktadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Daržovių sriuba	46/4	150	2,58	7,99	11,75	115,51
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Jautienos befstrogenas	125/35	80	13,99	3,58	40,18	236,32
Perlinės kruopos	56/12	100	6,38	2,58	36,61	126,17
Burokėlių, marinuotų agurkėlių salotos	87/1	100	1,68	5,99	3,42	77,99
<b>Iš viso:</b>			<b>27,63</b>	<b>20,74</b>	<b>109,06</b>	<b>642,09</b>

2 savaitė

Pirmadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Raugintų kopūstų sriuba	35/13	150	1,02	3,99	7,62	70,72
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Vištienos troškiny su daržovėmis	96/7	80	26,28	11,40	10,65	245,35
Ryžiai	96/7	100	2,42	4,19	26,78	147,81
Morkų-obuolių, agurkų salotos	96/7	100	0,72	2,60	2,71	50,76
<b>Iš viso:</b>			<b>33,44</b>	<b>22,78</b>	<b>64,86</b>	<b>600,74</b>

Antradienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščiai su bulvėmis	37/17	150	1,51	6,69	11,18	105,21
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Kiaulienos maltinis	90/3	75	17,38	10,60	9,14	236,67
Bulvių košė	106/13	100	1,13	3,70	67,78	80,74
Pekino kopūstų-agurkų, pomidorų salotos	90/3	100	0,59	4,99	2,25	67,54
<b>Iš viso:</b>			<b>23,61</b>	<b>26,58</b>	<b>107,45</b>	<b>576,26</b>

Trečiadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Ryžių - pomidorų sriuba	36/14	150	1,61	6,79	14,13	116,98
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Jautienos kukuliai	102/11	80	13,38	7,10	10,58	204,91
Grikliai	103/12	100	4,65	0,95	35,40	159,75
Kopūstų, morkų ir agurkų su paprikomis salotos	141/10	100	0,67	5,99	3,49	68,32
<b>Iš viso:</b>			<b>23,31</b>	<b>21,43</b>	<b>80,70</b>	<b>636,06</b>

Ketvirtadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba	32/8	150	6,41	6,65	24,58	169,46
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Kepta su garais riebi žuvis (lašiša, šamas)	111/17	60	17,20	22,60	0,50	274,30
Virtos bulvės	102/11	100	1,21	0,10	11,92	50,30
Pomidorų agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	140/8	50	0,27	4,99	3,32	58,84
<b>Iš viso:</b>			<b>28,09</b>	<b>34,94</b>	<b>57,42</b>	<b>639,00</b>

Penktadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pieniška daržovių sriuba	46/3	150	5,02	8,76	16,42	160,75
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Ryžių-mėsos plovav	118,22	200	17,36	13,31	33,45	365,73
Koncervuoti agurkėliai, kopūstų salotos		80	0,00	0,00	1,05	4,80
<b>Iš viso:</b>			<b>25,38</b>	<b>22,67</b>	<b>68,02</b>	<b>617,38</b>

3 savaitė

Pirmadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščiai su pupelėmis	38/18	150	3,15	6,69	14,62	125,85
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Kalakutienos troškiny su daržovėmis	96/7	80	14,08	15,09	10,33	229,35
Ryžiai	100/10	100	2,42	4,19	26,78	147,81
Morkų, obuolių, pomidorų salotos	147/21	100	0,60	6,72	4,57	80,84
<b>Iš viso:</b>			<b>23,25</b>	<b>33,29</b>	<b>73,40</b>	<b>669,95</b>

Antradienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Žirnių sriuba	36/15	150	4,13	6,90	11,90	116,56
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Cepelinai su mėsa	126/36	200	13,99	3,58	40,18	326,58
Grietinė (30%)		15	0,42	3,00	0,48	50,30
<b>Iš viso:</b>			<b>21,54</b>	<b>14,08</b>	<b>69,66</b>	<b>579,54</b>

Trečiadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis	34/11	150	6,41	6,65	24,58	169,46
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Balandėliai	87/1	150	13,10	8,13	8,87	167,51
Virtos bulvės	102/11	100	1,21	0,10	11,92	50,30
Rausvasis padažas	87/1	25	0,47	3,53	2,08	37,80
Burokėlių su raugintais agurkėliais salotos	87/1	100	1,68	5,99	3,42	77,99
<b>Iš viso:</b>			<b>25,87</b>	<b>25,00</b>	<b>67,97</b>	<b>589,16</b>

Ketvirtadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Bulvienė	33/10	150	0,94	3,99	8,27	71,38
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Žuvies apkepas	113/18	75	15,06	6,05	9,86	189,67
Daržovių padažas	127/2	25	1,31	4,56	3,48	81,36
Bulvių košė	127/2	100	1,45	3,80	10,96	80,34
Kopūstų-morkų agurkų salotos	141/10	100	0,62	5,99	2,25	65,24
<b>Iš viso:</b>			<b>22,38</b>	<b>24,99</b>	<b>51,92</b>	<b>574,09</b>

Penktadienis

**Pietūs 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė gramais			Energetinė vertė kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba	32/8	150	5,08	6,06	17,24	135,76
Viso grūdo ruginė duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
Ryžių-mėsos plovai	118/22	200	17,36	13,31	33,45	333,73
Marinuotų burokėlių su kopūstais salotos	153/35	80	0,81	6,98	4,76	46,62
<b>Iš viso:</b>			<b>26,25</b>	<b>26,95</b>	<b>72,55</b>	<b>602,21</b>