

2 savaitė (2024 m. sausio 15-19 d. ir t.t.)

Pirmadienis

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė su pienu ir sviestu (tausojantis)	TK/KŠ/4	200/4	11,23	13,02	40,61	272,33
Uogos pagal sezoniškumą (augalinis)	TK/UŽD/5	25	0,25	0,0	2,73	4,55
Trapučiai	TK/UŽD/3	10	0,84	0,24	8,2	36,9
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	120	0,86	0,00	5,44	66,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,18	13,26	56,98	379,78

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	TK/SR/1	150	4,1	3,34	14,39	97,00
Keptas kiaulienos maltinukas (tausojantis)	TK/KRP/7	75	17,14	9,57	7,38	219,92
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	Ra/KP/117/21	100	2,42	4,19	26,78	147,81
Pomidorų-agurkų salotos (augalinis)	Ra/Sa/140/8	50	0,20	3,99	4,32	58,84
Vanduo su apelsinu	TK/Gr/7	200	0,05	0,01	0,77	3,01
Iš viso:			23,91	21,1	53,64	526,58

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Spelta miltų sklindžiai su obuoliais (tausojantis)	TK/KRP/1	140	9,9	12,73	51,18	358,87
Natūralus jogurtas nesaldintas (tausojantis)	TK/PDŽ/2	15	0,6	0,3	0,6	9,0
Morkų lazdelės (augalinis)	TK/DR/2	40	0,40	0,04	4,16	18,60
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,9	13,07	55,94	386,47
Iš viso (dienos davinio):				47,62	110,62	1292,83

2 savaitė
Antradienis

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška penkių javų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Ra/KrP/53/6	200/8	7,35	10,40	33,44	255,22
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	80	0,86	0,00	16,44	44,00
Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (82%)	TK/SM/1	25/5	1,37	4,33	13,59	94,95
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,55	14,56	49,95	394,17

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)	TK/SR/2	150	0,90	1,39	8,15	48,67
Natūralus jogurtas nesaldintas (tausojantis)	TK/PDŽ/2	10	0,4	0,2	0,4	6,00
Vištienos troškiny su morkomis ir žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	Ra/KP/96/7	110	21,28	11,40	10,65	245,35
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	Ra/KP/103/12	80	3,72	0,76	28,32	127,80
Morkų- obuolių salotos (augalinis)	Ra/KP/147/21	50	0,40	5,99	3,01	67,45
Vanduo su apelsinu (augalinis)	Ra/G/173/17	200	0,04	0,00	0,77	3,01
Viso grūdo ruginė duona	TK/SM/4	20	1,32	0,26	9,64	44,60
Iš viso:			28,06	20,00	60,94	542,88

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	Ra/Varš./83/2	120	19,52	15,78	22,91	318,21
Uogų padažas (augalinis) (tausojantis)	TK/PDŽ/1	35	0,3	0,0	7,33	23,83
Šviežių daržovių rinkinukas (augalinis) Nr.2	TK/RIN/2	40	0,40	0,04	4,16	18,60
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,22	15,82	34,4	360,64
Iš viso (dienos davinio):			61,83	50,38	145,29	1297,69

2 savaitė Trečiadienis

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė paskatinta sviesto gabalėliu, uogomis (tausojantis)	TK/KŠ/5	200/5/10	8,72	9,03	31,52	242,22
Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (40%)	TK/SM/2	25/5/13	4,75	7,71	13,77	139,7
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,70	14,74	38,72	381,92

Pietus

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis ir grietine 30% (tausojantis)	Ra/Sr/38/18	150/8	2,12	5,39	11,18	98,13
Virti jautienos kukuliukai (tausojantis)	Ra/KP/10/11	80	13,38	7,10	10,58	204,91
Bulvių košė su špinatais (tausojantis)	Ra/Sa/129/6	100	1,45	3,70	10,98	80,43
Kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	Ra/Sa/141/10	50	0,62	5,99	2,25	65,24
Vanduo su citrina	Ra/G/173/17	200	0,05	0,00	0,80	3,15
Viso grūdo ruginė duona	TK/SM/4	20	1,32	0,26	9,64	44,60
Iš viso:			18,94	20,44	45,43	496,46

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Dešrelės (tausojantis)	TK/KRP/	80	9,68	10,00	10,00	128,72
Natūralus pomidorų padažas (tausojantis)	Ra/Pa/164/10	15	0,38	2,99	3,68	42,74
Virti makaronai (viso grūdo) (tausojantis)	TK/G aR/4	50	2,89	2,63	11,16	83,17
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	120	0,86	0,00	11,44	56,00
Ruginė duona (viso grūdo), pomidoras	TK/SM/6	35/25	2,2	0,51	17,92	83,61
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,13	15,2	51,16	394,24
Iš viso (dienos davinio):			47,77	50,38	135,31	1272,62

2 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%)(tausoįantis)	TK/KŠ/2	200/5	7,45	6,61	35,64	229,05
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	80	0,57	0,00	10,96	44,00
Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (82%)	TK/SM/1	25/5	1,37	4,33	13,59	94,95
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,39	10,94	59,19	368,00

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba su skrebučiais (tausoįantis)	Ra/Sr/43/6	150/5	3,06	6,84	16,58	129,58
Keptas vištienos maltinukas (tausoįantis)	Ra/KrP/97/8	75	18,87	7,67	6,92	199,65
Virtos kuskuso kruopos (augalinis) (tausoįantis)	Ra/Gar/133/15	100	4,50	3,88	29,40	129,10
Burokėliu salotos su konservuotais žirneliais (augalinis) (tausoįantis)	Ra/Sa/141/11	60	0,67	7,18	2,54	77,99
Vanduo su apelsinu (augalinis)	TK/GR/7	200	0,04	0,00	0,77	3,01
Iš viso:			27,14	21,57	56,21	539,33

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu ,žaliaisiais žirneliais ir pomidoru	Ra/KŠ/80/2	100/35/25	12,33	10,97	15,33	220,41
Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (82%)	TK/SM/5	35/5	2,35	4,59	16,93	115,30
Šviežių daržovių rinkinukas (augalinis) Nr.2	TK/RIN/2	40	0,40	0,04	4,16	18,60
Kmynų arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,08	15,6	36,42	354,31
Iš viso (dienos davinio):			51,61	48,11	151,82	1261,64

2 savaitė
Penktadienis

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška manų košė (tausojantis)	Ra/KrP/54/8	200/3	7,80	6,87	39,36	252,92
Uogos šviežios arba sušaldytos (tausojantis) (augalinis)	TK/UŽD/5	15	0,15	0,00	1,17	1,95
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	80	0,57	0,00	10,9	44,00
Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (82%)	TK/SM/1	25/5	1,37	4,33	13,59	94,95
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,89	11,2	65,02	393,82

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	TK/Sr/3	150	2,67	3,24	20,10	74,79
Kepta žuvis (menkės filė)	Ra/KRP/110/16	75	15,01	7,20	3,05	160,71
Bulvių košė su morkomis (tausojantis) (augalinis)	Ra/Gr/127/3	100	1,43	3,70	9,34	74,38
Natūralus pomidorų padažas (tausojantis)	Ra/Pa/164/10	15	0,38	2,99	3,68	42,74
Pomidorų ir agurkų salotos(augalinis)	Ra/SAL/140/8	50	0,27	4,99	3,32	58,84
Vanduo su meta	TM/GER/6	200	0,12	0,0	0,0	1,76
Viso grūdo ruginė duona	TK/SM/4	35	2,31	0,45	16,87	78,1
Iš viso:			22,19	22,57	56,36	491,32

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)	Ra/PSr/47/6	200	5,59	6,92	22,37	166,00
Skrebutis pieno ir kiaušinių plakinyje		50	5,04	3,25	27,50	159,42
Morkų lazdelės (augalinis)	TK/DR/2	40	0,40	0,04	4,16	18,60
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,03	10,21	54,03	344,02
Iš viso (dienos davinio):			43,11	43,98	175,41	1229,16