

3 savaitė (2024 m. sausio 22-26 d. ir t.t.)

## Pirmadienis

Maitinimas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių košė su bananais (tausojantis)	Ra/KŠ/52/5	200/28	8,00	4,81	36,98	222,61
Šviesi duona (viso grūdo) su varškės sūriu (13%)	TK/SM/2	25/15	3,94	3,32	14,06	102,47
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	80	0,57	0,00	10,96	44,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,51</b>	<b>8,13</b>	<b>59,00</b>	<b>369,08</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių pomidorų sriuba su grietine (30%) (tausojantis)	Ra/Sr/36/14	150 /8	1,61	6,79	13,13	116,98
Troškintas kiaulienos vyniotinis su morkų įdaru (tausojantis)	Ra/KP/121/28	75	15,03	7,02	9,34	221,48
Virtos kuskuso kruopos (tausojantis) (augalinis)	Ra/PG/133/15	100	4,50	3,88	29,04	129,10
Agurkas (augalinis)	Ra/Sa/139/7	50	0,30	0,00	1,40	7,00
Viso grūdo ruginė duona	TK/SM/4	20	1,83	0,30	13,68	64,74
Vanduo su citrina	Ra/G/173/17	200	0,05	0,00	0,60	3,15
<b>Iš viso:</b>			<b>23,32</b>	<b>17,99</b>	<b>67,19</b>	<b>542,45</b>

Maitinimo val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su žaliaisiais žirneliais ir pomidoru	Ra/KŠP/80/1	100/35/25	12,61	10,97	15,28	220,41
Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (82%)	TK/SM/5	35/5	2,37	4,59	16,93	138,00
Šviežių daržovių rinkinukas (augalinis) Nr.2	TK/RIN/2	110	0,98	0,07	8,40	33,50
Kmynų arbata be cukraus	Ra.KG/176/4	200	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,96	15,63	40,61	391,91
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51,79</b>	<b>41,75</b>	<b>166,80</b>	<b>1303,44</b>

**3 savaitė**  
**Antradienis**

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/59T 10	200/5	7,76	4,33	41,53	229,05
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	80	0,86	0,00	11,44	44,0
Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (82%)	Ra/ ŠU/24/1	20/5	1,37	4,33	13,59	94,95
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,99</b>	<b>8,66</b>	<b>66,56</b>	<b>368,00</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta morkų sriuba su skrebučiais (tausojantis)	Ra/Sr/40/2	150	2,51	11,33	15,14	148,81
Virtos bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	Ra/KRP/126/36	180	10,62	3,96	39,19	261,96
Natūralus jogurtas nesaldintas (tausojantis)	TK/PDŽ/2	10	0,4	0,2	0,4	6,00
Šviežių daržovių rinkinukas (augalinis) Nr.2	TK/RIN/2	110	0,55	0,0	9,40	30,14
Viso grūdo ruginė duona	TK/SM/4	35	2,31	0,45	16,87	78,1
Vanduo su apelsiniais	TK/GER/7	200	0,05	0,01	0,77	3,01
<b>Iš viso:</b>			<b>16,44</b>	<b>15,95</b>	<b>81,77</b>	<b>528,02</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su troškintos mėsos ir Bolonijos padažu(tausojantis)	Ra/MP/62/5	125/75	12,08	8,24	30,50	232,69
Pomidoras	Ra/Sal/139/50	50	0,3	0,00	2,00	9,0
Sūrio lazdelė	TK/UŽD/2	40	10,68	8,32	0,14	118,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	<b>Ra/A/174/1</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Iš viso:</b>			<b>20,06</b>	<b>15,56</b>	<b>32,64</b>	<b>359,69</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,49</b>	<b>40,17</b>	<b>180,97</b>	<b>1255,71</b>

## 3 savaitė Trečiadienis

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta grikių košė su sviestu	Ra/KrP/54/7	200/10	6,90	9,34	36,33	253,91
Trapučiai	TK/UŽD/3	10	0,84	0,24	8,2	36,9
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	120	0,86	0,00	14,44	66,00
Kmynu nesaldinta arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>8,6</b>	<b>9,58</b>	<b>58,97</b>	<b>356,81</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis (tausojantis)	Ra/Sr/38/18	150	1,91	2,99	10,96	78,33
Natūralus jogurtas nesaldintas (tausojantis)	TK/PDŽ/2	10	0,4	0,2	0,4	6,00
Mėsos-ryžių plovimas (tausojantis)	Ra/KrP/118/22	200	17,36	13,31	33,45	333,73
Kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	Ra/Sa/141/10	50	0,62	5,99	2,25	65,24
Viso grudo ruginė duona	TK/SM/4	20	1,83	0,30	13,68	64,74
Vanduo su citrina	Ra/G/173/17	200	0,05	0,00	0,60	3,15
<b>Iš viso:</b>			<b>20,26</b>	<b>19,8</b>	<b>50,38</b>	<b>551,19</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Konvekinėje krosnyje keptos bulvės (tausojantis)	TK/Gr/5	120	2,53	3,99	26,04	162,15
Natūralus pomidorų padažas (tausojantis)	Ra/Pa/164/10	15	0,38	2,99	3,68	42,74
Agurkų salotos	Ra/Sal/139/6	50	0,35	4,99	1,40	51,91
Kefyras 2,5%	TK/Gr/4	200	5,6	5,0	8,2	118,0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,86</b>	<b>15,97</b>	<b>39,32</b>	<b>374,8</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>37,72</b>	<b>45,35</b>	<b>148,67</b>	<b>1282,80</b>

## 3 savaitė Ketvirtadienis

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Ra/KrP/55/11	200/5	7,17	6,96	36,22	236,25
Sūrio lazdelė	TK/UŽD/2	20	5,34	4,16	0,07	59,00
Sezoninis vaisius (augalinis)	TK/UŽD/1	120	0,86	0,00	14,44	66,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>13,37</b>	<b>11,12</b>	<b>50,73</b>	<b>361,25</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	Ra/Sr/36/15	150	2,94	3,15	8,70	70,55
Kepta žuvis (menkės filė)	Ra/KP/110/16	75	15,01	8,20	3,05	160,71
Bulvių košė su špinatais (tausojantis) (augalinis)	Ra/Sal/149/6	100	1,45	3,70	10,98	80,43
Natūralus pomidorų padažas (tausojantis)	Ra/PD/164/10	15	0,38	2,99	3,68	42,74
Morkų salotos su obuoliais	Ra/Sa/147/21	200	0,18	0,08	0,14	67,45
Viso grudo ruginė duona	TK/SM/4	35	2,31	0,45	16,87	78,1
Vanduo su meta	TM/GER/6	200	0,12	0,0	0,0	1,76
<b>Iš viso:</b>			<b>22,39</b>	<b>18,57</b>	<b>43,42</b>	<b>501,74</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su obuoliais (tausojantis)	Ra/MP/67/2	120/65	6,48	4,44	42,15	262,71
Uogų padažas (augalinis) (tausojantis)	TK/PDŽ/1	30	0,3	0,0	2,34	23,83
Šviežių daržovių rinkinukas (augalinis) Nr.2	TK/RIN/2	110	1,10	0,23	9,60	44,87
Nesaldinta arbatžolių arbata su pienu	Ra/A/175/3	200	2,8	2,50	4,68	51,10
<b>Iš viso:</b>			<b>10,68</b>	<b>7,17</b>	<b>58,77</b>	<b>382,51</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,44</b>	<b>36,86</b>	<b>152,92</b>	<b>1245,55</b>

## 3 savaitė Penktadienis

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (tausojantis)	Ra/KrP/54/8	200/5	8,05	10,59	36,98	286,38
Trapučiai	TK/UŽD/3	10	0,84	0,24	8,2	36,9
Sezoninis vaisius (augalinis)	Ra/Va/159	120	0,86	0,33	16,44	66,0
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,75</b>	<b>11,16</b>	<b>61,62</b>	<b>389,28</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas 888	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė su perlinėmis kruopomis, grietinė 30%	Ra/Sr/34/11	150 /8	2,90	5,50	11,53	98,28
Virti kalakutienos kukuliai (tausojantis)	Ra/KrP/100/10	70	14,97	5,72	0,04	132,96
Virtos bulvės	Ra/Gr/102/11	100	1,21	0,10	11,92	50,30
Bešamelio padažas (pieno padažas)	Ra/Pad/160/1	25	1,14	2,01	2,69	42,41
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	Ra/Sa/151/30	50	1,68	5,99	3,42	77,99
Viso grudo ruginė duona	TK/SM/4	35	2,31	0,45	16,87	78,1
Vanduo su uogomis	TK/GR/	200	0,18	0,08	0,14	2,0
<b>Iš viso:</b>			<b>24,25</b>	<b>19,93</b>	<b>55,75</b>	<b>482,04</b>

Maitinimo val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	Ra/PSR/45/2	200/5	6,83	7,16	25,90	209,20
Šviesi duona (viso grūdo), sviestas (82%) fermentinis sūris 40%	TK/SM/2	25/13	4,75	7,71	13,77	139,70
Šviežių daržovių rinkinukas (augalinis) Nr.2	TK/RIN/2	110	1,10	0,23	9,60	44,87
Nesaldinta arbatžolių arbata	Ra/A/174/1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,68</b>	<b>15,1</b>	<b>49,27</b>	<b>393,77</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,68</b>	<b>46,19</b>	<b>166,64</b>	<b>1275,32</b>