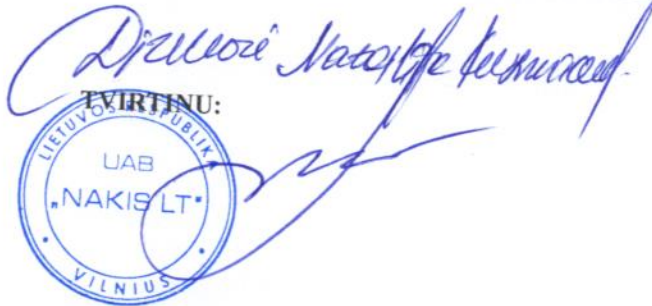


UAB „Nakis LT“  
Gabijos g. 32, Vilnius, į.k.305432337, PVM mokėtojo kodas LT100012914712



TVIRTINU:

SUDERINTA:

**SUDERINTA**

Direktorė J. Grigienė...

2025-10-03

## 15 DIENŲ LAISVAI PASIRENKAMŲ PATIEKALŲ VALGIARAŠTIS

11 m. ir vyresnių metų vaikams  
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

**Klaipėdos Prano Mašiotų progimnazija, Varpų g. 3, Klaipėda**  
(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo, vaikų socialinės globos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

Išstaigos darbo laikas  
Nuo iki val.



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |
| Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su joduotaisiais lęšiais (T), (A) | Se-Sr3  | 150                        | 4,8                         | 2,2         | 14,0               | 2,7             | 5,0                      | 0,2       |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       |
| Orkaitėje troškinta vištienos file su daržovėmis (T)                  | Se-P5   | 60/60                      | 22,1                        | 4,6         | 3,2                | 1,4             | 0,9                      | 0,3       |
| Virtos bulgur kruopos (T), (A)                                        | Se-Gr13 | 130                        | 4,6                         | 4,2         | 28,2               | 0,2             | 2,9                      | 0,0       |
| Pekminio kopūsto salotos su agurkais (A)                              | Se-S3   | 125                        | 1,3                         | 7,2         | 4,0                | 2,3             | 1,5                      | 0,2       |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       |
|                                                                       |         | Iš viso:                   | 34,6                        | 18,8        | 73,0               | 14,4            | 13,4                     | 0,9       |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                        | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g |
|------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|
|                                                                              |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |
| Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su joduotaisiais lęšiais (T), (A)        | Se-Sr3  | 150                        | 4,8                         | 2,2         | 14,0               | 2,7             | 5,0                      | 0,2       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                      |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       |
| Konvekcijoje krosnyje kepti varškės paplotėliai su bananais ir aguonomis (T) | Se-V2   | 129/15/6                   | 21,4                        | 18,4        | 22,7               | 5,6             | 2,9                      | 0,2       |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                      |         | 30                         | 1,0                         | 0,8         | 1,3                | 0,5             | 0,0                      | 0,0       |
| Šviežios, trąškos morkytės (A)                                               | Se-D36  | 90                         | 0,5                         | 0,3         | 7,1                | 4,5             | 2,7                      | 0,1       |
| Sezoniniai vaisiai                                                           |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)        | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       |
|                                                                              |         | Iš viso:                   | 29,5                        | 22,4        | 68,6               | 21,0            | 13,8                     | 0,8       |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                        | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|
|                                                                                              |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |
| Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su joduotaisiais lęšiais (T), (A)                        | Se-Sr3  | 150                        | 4,8                         | 2,2         | 14,0               | 2,7             | 5,0                      | 0,2       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                      |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       |
| Bulgur kruopų troškiny (T), (A)                                                              | Se-Kr36 | 200                        | 7,3                         | 5,2         | 46,7               | 4,0             | 6,1                      | 0,9       |
| Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A) | Se-D23  | 100                        | 0,9                         | 9,4         | 7,9                | 4,8             | 2,7                      | 0,2       |
| Sezoniniai vaisiai                                                                           |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                        | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       |
|                                                                                              |         | Iš viso:                   | 14,8                        | 17,5        | 2,2                | 19,4            | 17,0                     | 1,5       |



1 savaitė - Pirmadienis

IV kompleksas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |
| Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su joduotaisiais lęšiais (T), (A) | Se-Sr3  | 150                        | 4,8                         | 2,2         | 14,0               | 2,7            | 5,0                      | 0,2       |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       |
| Konvekcijoje krosnyje kepti vištienos ir kalakutienos kukuliai (T)    | Se-P2   | 60/60                      | 24,7                        | 5,8         | 2,3                | 0,8            | 0,5                      | 0,6       |
| Virtos bulgur kruopos (T), (A)                                        | Se-Gr13 | 120                        | 4,2                         | 3,9         | 26,0               | 0,1            | 2,6                      | 0,0       |
| Pekimnio kopūsto salotos su agurkais (A)                              | Se-S3   | 120                        | 1,3                         | 6,9         | 3,8                | 2,2            | 1,4                      | 0,2       |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       |
|                                                                       |         | Iš viso:                   | 36,8                        | 19,5        | 69,7               | 13,7           | 12,7                     | 1,3       |

V kompleksas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr.               | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|
|                                                                       |         |                                          | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |
| Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su joduotaisiais lęšiais (T), (A) | Se-Sr3  | 150                                      | 4,8                         | 2,2         | 14,0               | 2,7            | 5,0                      | 0,2       |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                                       | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 1,2            | 1,2                      | 0,2       |
| Vištienos kukuliai su daržovėmis (tausojančias)                       | P004.1  | 140/30                                   | 20,8                        | 17,8        | 4,0                | 8,1            | 8,1                      | 0,8       |
| Virti brinkinti grikiai (tausojančias)                                | Gr018   | 120                                      | 5,3                         | 1,3         | 29,1               | 2,5            | 2,5                      | 0,0       |
| Pekimnio kopūsto salotos su agurkais (A)                              | Se-S3   | 145                                      | 1,6                         | 8,3         | 4,6                | 2,7            | 1,7                      | 0,2       |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 80                                       | 0,3                         | 0,3         | 10,4               | 1,5            | 1,5                      | 0,0       |
| Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais                             | G009    | 150                                      | 0,1                         | 0,0         | 0,5                | 0,2            | 0,2                      | 0,0       |
|                                                                       |         | Iš viso:                                 | 34,3                        | 30,3        | 73,1               | 18,9           | 20,2                     | 1,5       |
|                                                                       |         | I kompleksas iš viso (dienos davinio):   | 34,6                        | 18,8        | 73,0               | 14,4           | 13,4                     | 0,9       |
|                                                                       |         | II kompleksas iš viso (dienos davinio):  | 29,5                        | 22,4        | 68,6               | 21,0           | 13,8                     | 0,8       |
|                                                                       |         | III kompleksas iš viso (dienos davinio): | 14,8                        | 17,5        | 92,2               | 19,4           | 17,0                     | 1,5       |
|                                                                       |         | IV kompleksas iš viso (dienos davinio):  | 36,8                        | 19,5        | 69,7               | 13,7           | 12,7                     | 1,3       |
|                                                                       |         | V kompleksas iš viso (dienos davinio):   | 34,3                        | 30,3        | 73,1               | 18,9           | 20,2                     | 1,5       |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Trintai pomidorų sriuba (T <sub>2</sub> ) (A)                         | Se-Sf6  | 150                        | 2,5                         | 5,0         | 10,4               | 5,7            | 3,9                      | 0,8       | 96                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Troškinta jautienos nugarinė (T)                                      | Se-J4   | 100                        | 33,3                        | 13,7        | 12,5               | 3,0            | 2,3                      | 0,3       | 307                                   |
| Butvų košė (T)                                                        | Se-Gr7  | 100                        | 2,3                         | 2,9         | 16,7               | 1,0            | 1,4                      | 0,7       | 102                                   |
| Šviežių agurkų salotos su salierais ir krūpais (A)                    | Se-S20  | 100                        | 0,9                         | 2,2         | 2,7                | 1,7            | 1,0                      | 0,3       | 34                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 40,8                        | 24,5        | 65,8               | 19,3           | 11,8                     | 2,4       | 647                                   |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Trinta pomidorų sriuba (T <sub>2</sub> ) (A)                          | Se-Sf6  | 150                        | 2,5                         | 5,0         | 10,4               | 5,7            | 3,9                      | 0,8       | 96                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Konvekciniėje krosnyje kepti varškės pablotėliai su cukinijomis (T)   | Se-V5   | 126/54                     | 29,9                        | 26,5        | 31,6               | 4,5            | 4,4                      | 0,5       | 485                                   |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                               |         | 30                         | 1,0                         | 0,8         | 1,3                | 0,5            | 0,0                      | 0,0       | 16                                    |
| Piaustyti švieži agurkai (A)                                          | Se-ID20 | 105                        | 0,8                         | 0,2         | 2,4                | 1,5            | 0,7                      | 0,0       | 15                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 36,1                        | 33,2        | 69,2               | 20,1           | 12,2                     | 1,6       | 719                                   |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                        | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                              |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Trinta pomidorų sriuba (T <sub>2</sub> ) (A)                                                                 | Se-Sf6  | 150                        | 2,5                         | 5,0         | 10,4               | 5,7            | 3,9                      | 0,8       | 96                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                                      |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Leščių makaronai su daržovėmis (smidrais, paprikomis, pomidorais, cukinijomis) (T <sub>2</sub> ) (A)         | Se-Kr56 | 131/49                     | 20,6                        | 21,4        | 51,0               | 3,5            | 8,5                      | 0,5       | 480                                   |
| Švieži salotų lapai ir piaustyti vyšniniai pomidorukai apšlakstyti nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A) | Se-S24  | 90                         | 1,0                         | 9,1         | 2,7                | 0,8            | 1,3                      | 0,0       | 96                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                           |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                        | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                     |         |                            | 25,9                        | 36,2        | 87,6               | 17,8           | 16,7                     | 1,6       | 780                                   |



| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                            |         |                            | balymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Trinta pomidorų sriuba (T), (A)                                            | Se-S6   | 150                        | 2,5                         | 5,0         | 10,4               | 5,7            | 3,9                         | 0,8       | 96                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                    |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Orkaitėje kepti kiaušienos kukuliai su marm<br>kriopomis ir čitobelais (T) | Se-K3.1 | 124/15/1                   | 36,4                        | 9,4         | 6,4                | 0,1            | 0,5                         | 0,7       | 255                                      |
| Buvinių košė (T)                                                           | Se-G7   | 150                        | 3,4                         | 4,4         | 25,0               | 1,5            | 2,1                         | 1,1       | 153                                      |
| Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapsiais (A)                       | Se-S20  | 145                        | 1,2                         | 3,2         | 3,9                | 2,4            | 1,5                         | 0,5       | 49                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                         |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar<br>uogomis)   | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
|                                                                            |         | Iš viso:                   | 45,3                        | 22,6        | 69,2               | 17,6           | 11,0                        | 3,3       | 662                                      |

V komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                            | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g              |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|------------------------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                                  |         |                            | balymai, g                               | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Trinta pomidorų sriuba (T), (A)                                                  | Se-Sr6  | 150                        | 2,5                                      | 5,0         | 10,4               | 5,7            | 3,9                         | 0,8       | 96                                       |
| Troškinta kiaušiena su daržovėmis (tausojantis)                                  | K004    | 62/98                      | 25,6                                     | 14,4        | 9,9                | 6,6            | 3,4                         | 0,6       | 272                                      |
| Virtos perlinės krupos (tausojantis) (augalinis)                                 | Gr017   | 140                        | 4,5                                      | 0,8         | 34,7               | 0,1            | 3,3                         | 0,7       | 165                                      |
| Kopūstų-morkų salotos su šaltu spaudimo alyvuogių<br>aliejaus užpilu (augalinis) | S001    | 150                        | 2,1                                      | 6,0         | 9,4                | 1,5            | 3,3                         | 0,7       | 99                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                               |         | 80                         | 0,3                                      | 0,3         | 10,4               | 1,3            | 1,5                         | 0,0       | 46                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar<br>uogomis)         | Se-G6   | 150                        | 0,0                                      | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
|                                                                                  |         |                            | Iš viso:                                 |             |                    | 15,3           | 15,4                        | 2,8       | 678                                      |
|                                                                                  |         |                            | I komplektas iš viso (dienos davinio):   |             |                    | 19,3           | 11,8                        | 2,4       | 647                                      |
|                                                                                  |         |                            | II komplektas iš viso (dienos davinio):  |             |                    | 20,1           | 12,2                        | 1,6       | 719                                      |
|                                                                                  |         |                            | III komplektas iš viso (dienos davinio): |             |                    | 17,8           | 16,7                        | 1,6       | 780                                      |
|                                                                                  |         |                            | IV komplektas iš viso (dienos davinio):  |             |                    | 17,6           | 11,0                        | 3,3       | 662                                      |
|                                                                                  |         |                            | V komplektas iš viso (dienos davinio):   |             |                    | 15,3           | 15,4                        | 2,8       | 678                                      |



1 savaitė - Trečiadienis

I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                         | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                               |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                             |           |                                          |
| Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A) | Se-Sr19 | 150                        | 1,9                         | 3,4         | 16,2               | 1,6             | 1,8                         | 0,8       | 103                                      |
| Viso grūdo ruginė duona                                                       |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Garuose kepti kalakutienos file muštinukai su spinatais (T)                   | Se-P10  | 84/16                      | 28,8                        | 8,5         | 2,0                | 0,1             | 0,9                         | 0,5       | 200                                      |
| Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)                                           | Se-Gr14 | 120                        | 5,4                         | 0,3         | 32,8               | 0,0             | 0,8                         | 0,4       | 155                                      |
| Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)                      | Se-S7 1 | 110                        | 1,2                         | 3,1         | 9,2                | 4,9             | 2,1                         | 0,4       | 69                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                            |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)         | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                      |         |                            | 39,1                        | 15,9        | 83,8               | 14,4            | 8,8                         | 2,4       | 635                                      |

II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                         | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                               |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                             |           |                                          |
| Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A) | Se-Sr19 | 150                        | 1,9                         | 3,4         | 16,2               | 1,6             | 1,8                         | 0,8       | 103                                      |
| Viso grūdo ruginė duona                                                       |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Virti varškėčiai su ryžių miltais praturtinti grikių sėlenomis (T)            | Se-V7   | 175/5                      | 27,5                        | 15,5        | 55,4               | 8,0             | 1,2                         | 0,3       | 471                                      |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                       |         | 40                         | 1,3                         | 1,0         | 1,7                | 0,6             | 0,0                         | 0,0       | 21                                       |
| Garuose apkeptos cukinijų lazdeles (T), (A)                                   | Se-D15  | 110                        | 2,1                         | 4,1         | 6,6                | 1,1             | 1,5                         | 0,4       | 71                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                            |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)         | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                      |         |                            | 34,6                        | 24,7        | 103,4              | 19,2            | 7,6                         | 1,7       | 774                                      |

III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                         | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                               |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                             |           |                                          |
| Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A) | Se-Sr19 | 150                        | 1,9                         | 3,4         | 16,2               | 1,6             | 1,8                         | 0,8       | 103                                      |
| Viso grūdo ruginė duona                                                       |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Morkų blynėliai su avižių gerimu (T), (A)                                     | Se-M8 1 | 200                        | 12,2                        | 5,9         | 90,8               | 7,9             | 5,7                         | 0,8       | 465                                      |
| Trintos sezoninės uogos (T), (A)                                              | Se-Pa10 | 40                         | 0,3                         | 0,2         | 7,0                | 3,1             | 0,8                         | 0,0       | 31                                       |
| Piaustyti švieži agurkai (A)                                                  | Se-D20  | 120                        | 1,0                         | 0,2         | 2,8                | 1,7             | 0,8                         | 0,0       | 17                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                            |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)         | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                      |         |                            | 17,1                        | 10,4        | 140,7              | 22,1            | 12,2                        | 1,9       | 724                                      |



1 savaitė - Trečiadienis

IV kompleksas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                          | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaitulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                |         |                            | batlymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Rudųjų ryžių srutaba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A) | Se-Sr19 | 150                        | 1,9                         | 3,4         | 16,2               | 1,6            | 1,8                      | 0,8       | 103                                   |
| Viso grūdų ruginė duona                                                        |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti vištienos ir batatų kepsneliai (T)                             | Se-P19  | 74/36                      | 28,0                        | 16,3        | 15,4               | 0,8            | 13,2                     | 0,6       | 320                                   |
| Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)                                            | Se-Gr14 | 130                        | 5,9                         | 0,3         | 35,5               | 2,5            | 0,9                      | 0,4       | 168                                   |
| Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)                       | Se-S7.1 | 120                        | 1,3                         | 3,3         | 10,1               | 1,6            | 2,3                      | 0,5       | 76                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                             |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)          | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                       |         |                            | 38,9                        | 24,0        | 100,8              | 14,3           | 21,4                     | 2,5       | 775                                   |

V kompleksas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                          | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaitulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                |         |                            | batlymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Rudųjų ryžių srutaba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A) | Se-Sr19 | 150                        | 1,9                         | 3,4         | 16,2               | 1,6            | 1,8                      | 0,8       | 103                                   |
| Kiaulienos maltinis (tausojančias)                                             | K003    | 100                        | 18,9                        | 7,0         | 18,1               | 4,1            | 1,2                      | 0,7       | 211                                   |
| Virti brinkinti griekiai (tausojančias)                                        | Gr018   | 160                        | 7,1                         | 1,7         | 38,8               | 1,2            | 3,3                      | 0,0       | 199                                   |
| Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)                       | Se-S7.1 | 130                        | 1,5                         | 3,6         | 10,9               | 1,7            | 2,5                      | 0,5       | 82                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                             |         | 80                         | 0,3                         | 0,3         | 10,4               | 1,1            | 1,5                      | 0,0       | 46                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)          | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                       |         |                            | 29,6                        | 16,1        | 94,4               | 9,7            | 10,3                     | 2,0       | 641                                   |
| I kompleksas iš viso (dienos davinto):                                         |         |                            | 39,1                        | 15,9        | 83,8               | 14,4           | 8,8                      | 2,4       | 635                                   |
| II kompleksas iš viso (dienos davinto):                                        |         |                            | 34,6                        | 24,7        | 103,4              | 19,2           | 7,6                      | 1,7       | 774                                   |
| III kompleksas iš viso (dienos davinto):                                       |         |                            | 17,1                        | 10,4        | 140,4              | 22,1           | 12,2                     | 1,9       | 724                                   |
| IV kompleksas iš viso (dienos davinto):                                        |         |                            | 38,9                        | 24,0        | 100,8              | 14,3           | 21,4                     | 2,5       | 775                                   |
| V kompleksas iš viso (dienos davinto):                                         |         |                            | 29,6                        | 16,1        | 94,4               | 9,7            | 10,3                     | 2,0       | 641                                   |

I komplektas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                             | Rp. Nr. | Išieiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g  | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|-----------------------------|------------|------------------------------------------|
|                                                                                   |         |                             | batyamaig                   | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                             |            |                                          |
| Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)                          | Se-Sr20 | 150                         | 1,4                         | 2,4         | 8,7                | 2,6             | 1,8                         | 0,9        | 62                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                           |         | 20                          | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                         | 0,2        | 50                                       |
| Orkaitėje kepti kaulienuos malinukai su trimiais pomidorais (T)                   | Se-K1   | 60/40                       | 15,6                        | 5,5         | 6,4                | 3,3             | 2,1                         | 1,4        | 137                                      |
| Brinkintos grikių kruopos (T), (A)                                                | Se-Gr16 | 140                         | 6,2                         | 1,5         | 34,0               | 0,3             | 2,9                         | 0,0        | 174                                      |
| Barokelių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A) | Se-S17  | 120                         | 1,9                         | 7,6         | 11,1               | 7,3             | 3,3                         | 1,0        | 120                                      |
| Sezoniniai vaisiai                                                                |         | 100                         | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                         | 0,0        | 57                                       |
| Sialo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)             | Se-G6   | 200                         | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                         | 0,0        | 0                                        |
|                                                                                   |         | <b>Iš viso:</b>             | <b>26,9</b>                 | <b>17,7</b> | <b>83,6</b>        | <b>21,4</b>     | <b>13,3</b>                 | <b>3,5</b> | <b>601</b>                               |

II komplektas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                          | Rp. Nr. | Išieiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g  | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|-----------------------------|------------|------------------------------------------|
|                                                                                |         |                             | batyamaig                   | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                             |            |                                          |
| Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)                       | Se-Sr20 | 150                         | 1,4                         | 2,4         | 8,7                | 2,6             | 1,8                         | 0,9        | 62                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                        |         | 20                          | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                         | 0,2        | 50                                       |
| Konvektoriuje krosnyje keptas varškės apkepasis su bananais ir šilauogėmis (T) | Se-V9   | 98/38/14                    | 18,1                        | 16,1        | 19,3               | 10,8            | 5,0                         | 0,2        | 294                                      |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                        |         | 30                          | 1,0                         | 0,8         | 1,3                | 0,5             | 0,0                         | 0,0        | 16                                       |
| Konvektoriuje krosnyje keptos morkytės (T), (A)                                | Se-D3   | 90                          | 1,3                         | 11,8        | 10,3               | 6,1             | 3,6                         | 0,5        | 153                                      |
| Sezoniniai vaisiai                                                             |         | 100                         | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                         | 0,0        | 57                                       |
| Sialo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)          | Se-G6   | 200                         | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                         | 0,0        | 0                                        |
|                                                                                |         | <b>Iš viso:</b>             | <b>23,5</b>                 | <b>31,7</b> | <b>63,1</b>        | <b>27,8</b>     | <b>13,5</b>                 | <b>1,8</b> | <b>632</b>                               |

III komplektas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                          | Rp. Nr. | Išieiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g  | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|-----------------------------|------------|------------------------------------------|
|                                                                                |         |                             | batyamaig                   | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                             |            |                                          |
| Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)                       | Se-Sr20 | 150                         | 1,4                         | 2,4         | 8,7                | 2,6             | 1,8                         | 0,9        | 62                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                        |         | 20                          | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                         | 0,2        | 50                                       |
| Orkaitėje kepti raudonųjų lešų ir morkų paplotėliai (T), (A)                   | Se-Kr35 | 119/21                      | 13,6                        | 10,2        | 36,6               | 2,8             | 7,8                         | 0,3        | 293                                      |
| Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %                                     |         | 40                          | 0,3                         | 1,5         | 2,6                | 2,4             | 0,0                         | 0,0        | 25                                       |
| Šviežių agurkų lazdeles apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A) | Se-S12  | 90                          | 0,7                         | 7,7         | 3,1                | 1,9             | 1,1                         | 0,4        | 85                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                             |         | 100                         | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                         | 0,0        | 57                                       |
| Sialo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)          | Se-G6   | 200                         | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                         | 0,0        | 0                                        |
|                                                                                |         | <b>Iš viso:</b>             | <b>17,8</b>                 | <b>22,5</b> | <b>74,5</b>        | <b>17,4</b>     | <b>13,8</b>                 | <b>1,8</b> | <b>572</b>                               |



1 savaitė - Ketvirtadienis

IV kompleksas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                             | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                   |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |                                       |
| Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)                          | Se-Sr20 | 150                        | 1,4                         | 2,4         | 8,7                | 2,6             | 1,8                      | 0,9       | 62                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                           |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Troškinti vešienos gabaliukai su bulvėmis, salieru, morkomis ir svogūnais (T)     | Se-J6   | 43/36/61                   | 13,0                        | 4,3         | 13,8               | 0,1             | 2,2                      | 0,8       | 146                                   |
| Brinkintos grikių kruopos (T), (A)                                                | Se-Gr16 | 120                        | 5,3                         | 1,3         | 29,1               | 0,3             | 2,5                      | 0,0       | 149                                   |
| Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A) | Se-S17  | 130                        | 2,0                         | 8,2         | 12,0               | 7,9             | 3,6                      | 1,1       | 130                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)             | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
|                                                                                   |         | Iš viso:                   | 23,5                        | 17,0        | 87,1               | 18,7            | 13,2                     | 3,0       | 595                                   |

V kompleksas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                                      |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                             |           |                                          |
| Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)                             | Se-Sr20 | 150                        | 1,4                         | 2,4         | 8,7                | 2,6             | 1,4                         | 1,1       | 51                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                              |         | 30                         | 2,1                         | 0,4         | 15,8               | 1,2             | 1,9                         | 0,3       | 75                                       |
| Višienos file troškiny su daržovėmis (tausojantis)                                   | P008    | 78/62                      | 29,2                        | 14,4        | 5,5                | 0,1             | 1,9                         | 0,7       | 269                                      |
| Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)                                               | Gr002.1 | 120                        | 4,5                         | 0,2         | 39,2               | 0,3             | 4,5                         | 0,3       | 176                                      |
| Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu<br>alyvuogių aliejumi (A) | Se-S17  | 130                        | 2,0                         | 8,2         | 12,0               | 7,9             | 3,6                         | 1,1       | 130                                      |
| Sezoniniai vaisiai                                                                   |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis,<br>žolelėmis ar uogomis)             | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                             |         |                            | 39,6                        | 26,1        | 94,1               | 19,1            | 15,1                        | 3,4       | 759                                      |
| I kompleksas Iš viso (dienos davinio):                                               |         |                            | 26,9                        | 17,7        | 83,6               | 21,4            | 13,3                        | 3,5       | 601                                      |
| II kompleksas Iš viso (dienos davinio):                                              |         |                            | 23,5                        | 31,7        | 63,1               | 27,8            | 13,5                        | 1,8       | 632                                      |
| III kompleksas Iš viso (dienos davinio):                                             |         |                            | 17,8                        | 22,5        | 74,5               | 17,4            | 13,8                        | 1,8       | 572                                      |
| IV kompleksas Iš viso (dienos davinio):                                              |         |                            | 23,5                        | 17,0        | 87,1               | 18,7            | 13,2                        | 3,0       | 595                                      |
| V kompleksas Iš viso (dienos davinio):                                               |         |                            | 39,6                        | 26,1        | 94,1               | 19,1            | 15,1                        | 3,4       | 759                                      |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Rūgščių sriuba (T), (A)                                               | Se-Sr31 | 150                        | 1,0                         | 1,6         | 7,3                | 0,8            | 1,5                      | 0,8       | 48                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                               |         | 30                         | 2,1                         | 0,4         | 15,8               | 1,2            | 1,9                      | 0,3       | 75                                    |
| Garsose kepta lydekų file (T)                                         | Se-Ž4   | 100                        | 25,7                        | 3,3         | 0,4                | 0,1            | 0,2                      | 0,7       | 134                                   |
| Virtos sorų knuopos (T), (A)                                          | Se-Gr15 | 160                        | 5,7                         | 1,5         | 37,1               | 0,3            | 1,7                      | 0,7       | 185                                   |
| Kalio lapų salotos su agurkais ir morkomis (A)                        | Se-S31  | 130                        | 1,9                         | 4,3         | 7,1                | 3,9            | 2,5                      | 0,5       | 74                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 36,8                        | 11,5        | 80,7               | 13,3           | 9,6                      | 3,0       | 574                                   |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                        | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                              |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Rūgščių sriuba (T), (A)                                                                      | Se-Sr31 | 150                        | 1,0                         | 1,6         | 7,3                | 0,8            | 1,5                      | 0,8       | 48                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                      |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Virti varškės ir moliūgų virtinukai (T)                                                      | Se-V11  | 136/34                     | 20,8                        | 11,5        | 24,5               | 4,3            | 0,9                      | 0,5       | 285                                   |
| Grūdinė 30%                                                                                  |         | 40                         | 1,0                         | 12,0        | 1,2                | 0,9            | 0,0                      | 0,0       | 117                                   |
| Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A) | Se-ID23 | 105                        | 1,0                         | 9,9         | 8,3                | 5,1            | 2,9                      | 0,2       | 126                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                           |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                        | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                     |         |                            | 25,6                        | 35,7        | 65,0               | 18,9           | 8,4                      | 1,8       | 683                                   |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Rūgščių sriuba (T), (A)                                               | Se-Sr31 | 150                        | 1,0                         | 1,6         | 7,3                | 0,8            | 1,5                      | 0,8       | 48                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Avinžirnių ir moliūgų apkepas (T), (A)                                | Se-ID14 | 180/120                    | 21,0                        | 8,7         | 50,8               | 14,0           | 13,1                     | 0,7       | 365                                   |
| Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %                            |         | 60                         | 0,4                         | 2,2         | 3,8                | 3,6            | 0,0                      | 0,0       | 37                                    |
| Švieži vyšniniai pomidorukai (A)                                      | Se-ID22 | 180                        | 1,4                         | 0,5         | 6,3                | 4,3            | 2,5                      | 0,0       | 36                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 25,7                        | 13,7        | 80,7               | 30,5           | 20,3                     | 1,7       | 594                                   |



| Patiekalo pavadinimas                                                   | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                         |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Rūgščių sriuba (T), (A)                                                 | Se-Sr31 | 150                        | 1,0                         | 1,6         | 7,3                | 0,8            | 1,5                      | 0,8       | 48                                    |
| Viso grūdų rūgštinė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje garuose kepti jūrų lydekų maitinukai (T)                      | Se-Ž12  | 100                        | 18,5                        | 10,5        | 5,2                | 1,7            | 1,3                      | 0,9       | 190                                   |
| Virtos sorų kruopos (T), (A)                                            | Se-Gr15 | 140                        | 4,9                         | 1,4         | 32,4               | 0,3            | 1,5                      | 0,6       | 162                                   |
| Kalifornijų salotos su agurkais ir morkomis (A)                         | Se-S31  | 120                        | 1,7                         | 3,9         | 6,5                | 0,0            | 2,3                      | 0,5       | 69                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                      |         | 100                        | 1,4                         | 3,3         | 5,4                | 3,0            | 1,9                      | 0,4       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskaminintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                |         |                            | 29,1                        | 21,0        | 67,5               | 6,6            | 9,8                      | 3,4       | 575                                   |

V komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                   | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                         |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Rūgščių sriuba (T), (A)                                                 | Se-Sr31 | 150                        | 1,0                         | 1,6         | 7,3                | 0,8            | 1,5                      | 0,8       | 48                                    |
| Viso grūdų rūgštinė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti lašišų maitinukai (tausojančias)                        | Ž019    | 100                        | 29,8                        | 23,3        | 0,1                | 1,7            | 0,0                      | 0,3       | 329                                   |
| Bulvių košė (tausojančias)                                              | Gr012   | 150                        | 3,4                         | 4,4         | 25,0               | 0,3            | 2,1                      | 1,1       | 153                                   |
| Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)                 | S004.1  | 125                        | 1,3                         | 6,5         | 11,7               | 0,0            | 3,8                      | 0,7       | 110                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                      |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 3,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskaminintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                |         |                            | 37,3                        | 36,5        | 67,7               | 6,6            | 10,5                     | 3,1       | 748                                   |
| I komplektas iš viso (dienos davinio):                                  |         |                            | 36,8                        | 11,5        | 80,7               | 13,3           | 9,6                      | 3,0       | 574                                   |
| II komplektas iš viso (dienos davinio):                                 |         |                            | 25,6                        | 35,7        | 65,0               | 18,9           | 8,4                      | 1,8       | 683                                   |
| III komplektas iš viso (dienos davinio):                                |         |                            | 25,7                        | 13,7        | 91,9               | 30,5           | 20,3                     | 1,7       | 594                                   |
| IV komplektas iš viso (dienos davinio):                                 |         |                            | 29,1                        | 21,0        | 67,5               | 6,6            | 9,8                      | 3,4       | 575                                   |
| V komplektas iš viso (dienos davinio):                                  |         |                            | 37,3                        | 36,5        | 67,7               | 6,6            | 10,5                     | 3,1       | 748                                   |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                       | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                             |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |                                       |
| Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)                                                                        | Se-Sr26 | 150                        | 4,1                         | 1,3         | 13,8               | 3,0             | 4,3                      | 0,8       | 83                                    |
| Viso grūdų muginė duona                                                                                     |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Kepituvėje kepti kapotos kalakutienos kepsnukai                                                             | Se-P12  | 100                        | 19,3                        | 10,0        | 5,0                | 1,2             | 0,5                      | 0,8       | 187                                   |
| Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)                                                                         | Se-Gr14 | 120                        | 5,4                         | 0,3         | 32,8               | 2,3             | 0,8                      | 0,4       | 155                                   |
| Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių alicijaus užpilu (A) | Se-S2   | 110                        | 3,3                         | 17,3        | 6,5                | 2,4             | 4,2                      | 0,1       | 195                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                          |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                       | Se-C6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                    |         |                            | 34,0                        | 29,5        | 81,6               | 16,7            | 13,0                     | 2,3       | 728                                   |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                           | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                 |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |                                       |
| Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)                                            | Se-Sr26 | 150                        | 4,1                         | 1,3         | 13,8               | 3,0             | 4,3                      | 0,8       | 83                                    |
| Viso grūdų muginė duona                                                         |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti varškėčiai su ryžių miltais ir bananais (T)                     | Se-V10  | 84/30/36                   | 21,5                        | 17,3        | 38,6               | 8,3             | 1,0                      | 0,4       | 396                                   |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                         |         | 30                         | 1,0                         | 0,8         | 1,3                | 0,5             | 0,0                      | 0,0       | 16                                    |
| Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių alicijaus užpilu (A) | Se-S1.2 | 90                         | 0,7                         | 7,7         | 3,1                | 1,2             | 1,1                      | 0,4       | 85                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                              |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)           | Se-C6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                        |         |                            | 29,2                        | 27,7        | 80,2               | 20,8            | 9,5                      | 1,8       | 687                                   |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                  | Rp. Nr.   | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                        |           |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |                                       |
| Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)                                                                   | Se-Sr26   | 150                        | 4,1                         | 1,3         | 13,8               | 3,0             | 4,3                      | 0,8       | 83                                    |
| Viso grūdų muginė duona                                                                                |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Kepituvėje kepti avinžirnių dribsnių ir boliviinių balandų blynėliai su obuoliais ir bananais (T), (A) | Se-Kr11.1 | 125/33/40/22               | 10,6                        | 7,2         | 61,4               | 8,2             | 7,3                      | 0,4       | 353                                   |
| Trintos sezoninės uogos (T), (A)                                                                       | Se-Pa10   | 40                         | 0,3                         | 0,2         | 7,0                | 3,1             | 0,8                      | 0,0       | 31                                    |
| Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių alicijaus užpilu (A)                        | Se-S1.2   | 130                        | 1,1                         | 11,2        | 4,5                | 1,7             | 1,5                      | 0,6       | 123                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                     |           | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                  | Se-C6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                               |           |                            | 17,9                        | 20,4        | 110,3              | 23,8            | 17,1                     | 2,0       | 697                                   |



| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                |      | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                            |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |      |                          |           |                                       |
|                                                                                                            |         |                            |                             |             |                    |                |      |                          |           |                                       |
| Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)                                                                       | Se-Sr26 | 150                        | 4,1                         | 1,3         | 13,8               | 3,0            | 4,3  | 0,8                      | 83        |                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                                    |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2  | 0,2                      | 50        |                                       |
| Garnose kepti kalakutienos maltinukai su daržovėmis (T)                                                    | Se-P15  | 90/10                      | 20,4                        | 6,8         | 2,7                | 0,6            | 0,7  | 0,4                      | 154       |                                       |
| Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)                                                                        | Se-Gr14 | 140                        | 6,3                         | 0,3         | 38,3               | 2,7            | 1,0  | 0,4                      | 181       |                                       |
| Šviežių agurkų ir morkų lazdeles su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A) | Se-S2   | 120                        | 3,6                         | 18,9        | 7,1                | 2,6            | 4,6  | 0,1                      | 213       |                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                         |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9  | 0,0                      | 57        |                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                      | Se-C6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0  | 0,0                      | 0         |                                       |
|                                                                                                            |         | Iš viso:                   | 36,3                        | 28,0        | 85,3               | 16,7           | 13,6 | 1,9                      | 738       |                                       |

V komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                |      | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                            |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |      |                          |           |                                       |
|                                                                                                            |         |                            |                             |             |                    |                |      |                          |           |                                       |
| Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)                                                                       | Se-Sr26 | 150                        | 4.1                         | 1.3         | 13.8               | 3.0            | 4.3  | 0.8                      | 83        |                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                                    |         | 20                         | 1.4                         | 0.3         | 10.5               | 0.8            | 1.2  | 0.2                      | 50        |                                       |
| Orkaitėje keptas kiaulienos maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis (tausojantis)                        | K002    | 90                         | 21.0                        | 4.8         | 6.4                | 0.5            | 4.1  | 0.6                      | 152       |                                       |
| Pilno grūdų makaronai (tausojantis) (augalinis)                                                            | Gr010   | 120                        | 7.4                         | 1.5         | 40.3               | 2.3            | 4.7  | 0.2                      | 204       |                                       |
| Šviežių agurkų ir morkų lazdeles su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A) | Se-S2   | 110                        | 3.3                         | 17.3        | 6.5                | 2.4            | 4.2  | 0.1                      | 195       |                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                         |         | 100                        | 0.4                         | 0.4         | 13.0               | 7.0            | 1.9  | 0.0                      | 57        |                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                      | Se-C6   | 200                        | 0.0                         | 0.0         | 0.0                | 0.0            | 0.0  | 0.0                      | 0         |                                       |
| Iš viso:                                                                                                   |         |                            | 37.6                        | 25.5        | 90.5               | 16.0           | 20.4 | 1.9                      | 742       |                                       |
| I komplektas iš viso (dienos davinio) :                                                                    |         |                            | 34.0                        | 29.5        | 81.6               | 16.7           | 13.0 | 2.3                      | 728       |                                       |
| II komplektas iš viso (dienos davinio) :                                                                   |         |                            | 29.2                        | 27.7        | 80.2               | 20.8           | 9.5  | 1.8                      | 687       |                                       |
| III komplektas iš viso (dienos davinio) :                                                                  |         |                            | 17.9                        | 20.4        | 110.3              | 23.8           | 17.1 | 2.0                      | 697       |                                       |
| IV komplektas iš viso (dienos davinio) :                                                                   |         |                            | 36.3                        | 28.0        | 85.3               | 16.7           | 13.6 | 1.9                      | 738       |                                       |
| V komplektas iš viso (dienos davinio) :                                                                    |         |                            | 37.6                        | 25.5        | 90.5               | 16.0           | 20.4 | 1.9                      | 742       |                                       |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                            | Rp. Nr. | Išiega, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                  |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)                                      | Se-Sr5  | 150                        | 1,4                         | 4,1         | 3,9                | 1,0            | 1,3                      | 0,2       | 58                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                                          |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti maitos kraulienos kukuliai su sorių kruopomis ir čiobreliais (T) | Se-K3   | 108/12                     | 31,2                        | 8,1         | 5,2                | 0,1            | 0,4                      | 0,6       | 219                                   |
| Būvų košė (T)                                                                    | Se-Gr7  | 120                        | 2,7                         | 3,5         | 20,0               | 1,2            | 1,7                      | 0,9       | 123                                   |
| Morkų, obuolių ir salierų salotos su saulėgrąžomis (A)                           | Se-S15  | 120                        | 1,6                         | 1,6         | 10,8               | 6,6            | 3,0                      | 0,5       | 64                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                               |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)            | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                         |         |                            | 38,7                        | 18,0        | 63,5               | 16,8           | 9,6                      | 2,4       | 571                                   |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išiega, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)                           | Se-Sr5  | 150                        | 1,4                         | 4,1         | 3,9                | 1,0            | 1,3                      | 0,2       | 58                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti varškėčiai su baltais (T)                             | Se-V12  | 85/45                      | 29,0                        | 30,4        | 26,9               | 3,2            | 27,5                     | 0,4       | 497                                   |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                               |         | 40                         | 1,3                         | 1,0         | 1,7                | 0,6            | 0,0                      | 0,0       | 21                                    |
| Garuose apkepęs cukinijų lazdelės (T), (A)                            | Se-D15  | 85                         | 1,6                         | 3,2         | 5,1                | 0,8            | 1,2                      | 0,3       | 55                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 35,1                        | 39,3        | 61,2               | 13,5           | 33,1                     | 1,2       | 739                                   |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                        | Rp. Nr. | Išiega, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                              |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)                                                  | Se-Sr5  | 150                        | 1,4                         | 4,1         | 3,9                | 1,0            | 1,3                      | 0,2       | 58                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                      |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Konvekcijoje krosnyje kepti brinkintų grybų ir cukinijų kotletukai (T), (A)                  | Se-Kr23 | 157/23                     | 10,1                        | 8,2         | 59,1               | 0,7            | 7,4                      | 0,2       | 351                                   |
| Veganiskas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %                                                   |         | 40                         | 0,3                         | 1,5         | 2,6                | 2,4            | 0,0                      | 0,0       | 25                                    |
| Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A) | Se-ID23 | 110                        | 1,0                         | 10,4        | 8,7                | 5,3            | 3,0                      | 0,2       | 132                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                           |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                        | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                     |         |                            | 14,6                        | 24,8        | 97,8               | 17,3           | 14,9                     | 0,9       | 673                                   |



IV komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyv. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyv. |
|----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                      |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Triniai cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)                         | Se-Sr5  | 150                        | 1,4                         | 4,1         | 3,9                | 1,0            | 1,3                         | 0,2       | 58                                       |
| Viso grūdo ruginė duona                                              |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Troškinta kiaušiena su avinžirniais ir smidrais (T)                  | Se-K6   | 73/73/14                   | 26,6                        | 6,3         | 21,1               | 6,7            | 5,1                         | 0,5       | 248                                      |
| Bulvių košė (T)                                                      | Se-Gf7  | 120                        | 2,7                         | 3,5         | 20,0               | 1,2            | 1,7                         | 0,9       | 123                                      |
| Morkų, obuolių ir salierų salotos su saulgrąžomis (A)                | Se-S15  | 140                        | 1,8                         | 1,9         | 12,6               | 7,7            | 3,5                         | 0,6       | 75                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                   |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskaminas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
|                                                                      |         | Iš viso:                   | 34,4                        | 16,4        | 81,2               | 22,6           | 14,7                        | 2,5       | 610                                      |

V komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                         | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyv.               | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyv. |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                                                               |         |                                          | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Triniai cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)                                                                  | Se-Sr5  | 150                                      | 1,4                         | 4,1         | 3,9                | 1,0            | 1,3                         | 0,2       | 58                                       |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                       |         | 20                                       | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Orkaitėje keptas višienos malinukas panirnotas miltuose (tausojančis)                                         | P011    | 80                                       | 19,1                        | 8,0         | 7,4                | 3,4            | 0,6                         | 0,6       | 179                                      |
| Virtos miežinės kruopos (tausojančis) (augalinis)                                                             | Gf033   | 150                                      | 6,5                         | 1,2         | 38,4               | 1,5            | 8,2                         | 0,3       | 191                                      |
| Baltagūžių kopūstų salotos su morkomis ir porais bei nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojančis) | S037    | 115                                      | 1,7                         | 6,0         | 7,5                | 6,3            | 2,7                         | 0,4       | 91                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                            |         | 100                                      | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskaminas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                          | Se-G6   | 200                                      | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
|                                                                                                               |         | Iš viso:                                 | 30,5                        | 20,0        | 80,9               | 18,2           | 15,9                        | 1,8       | 626                                      |
|                                                                                                               |         | I komplektas iš viso (dienos davinio):   | 38,7                        | 18,0        | 63,5               | 16,8           | 9,6                         | 2,4       | 571                                      |
|                                                                                                               |         | II komplektas iš viso (dienos davinio):  | 35,1                        | 39,3        | 61,2               | 13,5           | 33,1                        | 1,2       | 739                                      |
|                                                                                                               |         | III komplektas iš viso (dienos davinio): | 14,6                        | 24,8        | 97,8               | 17,3           | 14,9                        | 0,9       | 673                                      |
|                                                                                                               |         | IV komplektas iš viso (dienos davinio):  | 34,4                        | 16,4        | 81,2               | 22,6           | 14,7                        | 2,5       | 610                                      |
|                                                                                                               |         | V komplektas iš viso (dienos davinio):   | 30,5                        | 20,0        | 80,9               | 18,2           | 15,9                        | 1,8       | 626                                      |

I komplekts **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadināsimas                                                    | Rp. Nr. | Išēiga, g<br>11 m. ir vīr. | Patiekalo maistīnē vērtē, g |             |                    |                | Skaidulīnēs<br>medžiāgos, g | Druska, g | Enerģinē<br>vērtē, kcal<br>11 m. ir vīr. |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                            |         |                            | balvmaig, g                 | rieĉalai, g | angliavandeniai, g | īs jū cukrū, g |                             |           |                                          |
| Špinātu sriuba (T), (A)                                                    | Se-Sr22 | 150                        | 1,3                         | 1,5         | 7,0                | 0,8            | 1,3                         | 1,1       | 47                                       |
| Viso grūdo rūģinē duona                                                    |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Vīšienos šlaunelīj mēsa troškina grietīnēļē (T)                            | Se-P16  | 135/15                     | 29,2                        | 16,3        | 2,7                | 1,2            | 0,5                         | 1,6       | 275                                      |
| Pastarmokū košē (T)                                                        | Se-Gr19 | 150                        | 2,2                         | 2,7         | 23,9               | 8,0            | 6,3                         | 0,5       | 129                                      |
| Burokēļū salotas su žališais žīmelis ir neraiņuotu alyvuogū<br>aļejumi (A) | Se-S22  | 150                        | 2,3                         | 2,9         | 10,6               | 5,6            | 3,2                         | 0,6       | 78                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                         |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolėmis ar<br>uogomis)     | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                   |         |                            | 36,8                        | 24,2        | 67,7               | 23,5           | 14,4                        | 4,1       | 636                                      |

II komplekts **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadināsimas                                                | Rp. Nr. | Išēiga, g<br>11 m. ir vīr. | Patiekalo maistīnē vērtē, g |             |                    |                | Skaidulīnēs<br>medžiāgos, g | Druska, g | Enerģinē<br>vērtē, kcal<br>11 m. ir vīr. |
|------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                        |         |                            | balvmaig, g                 | rieĉalai, g | angliavandeniai, g | īs jū cukrū, g |                             |           |                                          |
| Špinātu sriuba (T), (A)                                                | Se-Sr22 | 150                        | 1,3                         | 1,5         | 7,0                | 0,8            | 1,3                         | 1,1       | 47                                       |
| Viso grūdo rūģinē duona                                                |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Orķaitēļē keptas varšķēs apķēpas su vīšņiomis ir šlaugēmis (T)         | Se-V21  | 133/19/8                   | 19,9                        | 28,2        | 23,2               | 16,0           | 5,3                         | 0,3       | 426                                      |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                |         | 40                         | 1,3                         | 1,0         | 1,7                | 0,6            | 0,0                         | 0,0       | 21                                       |
| Pjaustyti švieži agurkai (A)                                           | Se-D20  | 100                        | 0,8                         | 0,2         | 2,3                | 1,4            | 0,7                         | 0,0       | 14                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                     |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolėmis ar<br>uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         |             | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                               |         |                            | 25,1                        | 31,6        | 57,7               | 26,7           | 10,5                        | 1,7       | 616                                      |

III komplekts **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadināsimas                                                                                         | Rp. Nr. | Išēiga, g<br>11 m. ir vīr. | Patiekalo maistīnē vērtē, g |             |                    |                | Skaidulīnēs<br>medžiāgos, g | Druska, g | Enerģinē<br>vērtē, kcal<br>11 m. ir vīr. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                                                                 |         |                            | balvmaig, g                 | rieĉalai, g | angliavandeniai, g | īs jū cukrū, g |                             |           |                                          |
| Špinātu sriuba (T), (A)                                                                                         | Se-Sr22 | 150                        | 1,3                         | 1,5         | 7,0                | 0,8            | 1,3                         | 1,1       | 47                                       |
| Viso grūdo rūģinē duona                                                                                         |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Vīrtu rīžū makaronai (su bolvīnėmis balandomis ir burnoĉiais)<br>su pomidorais, špinatais ir ciberžolē (T), (A) | Se-M17  | 132/68                     | 6,7                         | 7,7         | 59,4               | 2,3            | 2,4                         | 0,8       | 334                                      |
| Orķaitēļē kepti burokēļai (T), (A)                                                                              | Se-D26  | 100                        | 2,1                         | 10,2        | 12,4               | 7,5            | 3,0                         | 1,0       | 149                                      |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                              |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolėmis ar<br>uogomis)                                          | Se-G6   | 200                        | 0,0                         |             | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                                                        |         |                            | 11,9                        | 20,1        | 92,3               | 18,4           | 9,9                         | 3,1       | 638                                      |

| Patiekalo pavadinimas                                                          | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Špinatų sriuba (T), (A)                                                        | Se-Sr22 | 150                        | 1,3                         | 1,5         | 7,0                | 0,8            | 1,3                      | 1,1       | 47                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                        |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Marinose kepta višienos file su sezamų sėklomis (T)                            | Se-P13  | 134/6                      | 39,1                        | 4,7         | 1,6                | 0,0            | 1,5                      | 0,6       | 205                                   |
| Pastanokų košė (T)                                                             | Se-Gr19 | 160                        | 2,3                         | 2,9         | 25,5               | 8,6            | 6,7                      | 0,5       | 137                                   |
| Burkelių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių alyviu (A) | Se-S22  | 150                        | 2,3                         | 2,9         | 10,6               | 5,6            | 3,2                      | 0,6       | 78                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                             |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)          | Se-G6   | 200                        | 0,0                         |             | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                       |         |                            | 46,9                        | 12,7        | 68,2               | 22,9           | 15,9                     | 3,1       | 575                                   |

V kompleksas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Špinatų sriuba (T), (A)                                               | Se-Sr22 | 150                        | 1,3                         | 1,5         | 7,0                | 0,8            | 1,3                      | 1,1       | 47                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Plovas su kaulienu (tausojančis)                                      | K001    | 140/110                    | 39,1                        | 21,3        | 39,5               | 0,0            | 4,9                      | 1,6       | 506                                   |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)                        | D006    | 65/65                      | 1,2                         | 0,3         | 4,2                | 7,0            | 1,5                      | 0,0       | 24                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         |             | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 43,4                        | 23,8        | 74,1               | 15,6           | 10,9                     | 3,0       | 684                                   |
| I kompleksas iš viso (dienos davinio):                                |         |                            | 36,8                        | 24,2        | 67,7               | 23,5           | 14,4                     | 4,1       | 636                                   |
| II kompleksas iš viso (dienos davinio):                               |         |                            | 25,1                        | 31,6        | 57,7               | 26,7           | 10,5                     | 1,7       | 616                                   |
| III kompleksas iš viso (dienos davinio):                              |         |                            | 11,9                        | 20,1        | 102,3              | 18,4           | 9,9                      | 3,1       | 638                                   |
| IV kompleksas iš viso (dienos davinio):                               |         |                            | 46,9                        | 12,7        | 68,2               | 22,9           | 15,9                     | 3,1       | 575                                   |
| V kompleksas iš viso (dienos davinio):                                |         |                            | 43,4                        | 23,8        | 74,1               | 15,6           | 10,9                     | 3,0       | 684                                   |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                    | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g  | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|------------|------------------------------------------|
|                                                                                                          |         |                            | balymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |            |                                          |
| Trinta moliūgų sriuba su lešiais (T), (A)                                                                | Se-Sr23 | 150                        | 3,7                         | 2,2         | 15,3               | 2,3            | 2,8                         | 0,3        | 95                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                                  |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2        | 50                                       |
| Garnose kepti veršienos kukuliai (T)                                                                     | Se-J5   | 130                        | 20,1                        | 8,2         | 7,7                | 1,2            | 1,9                         | 0,5        | 185                                      |
| Brinkintos grikių kruopos (T), (A)                                                                       | Se-Gr16 | 160                        | 7,1                         | 1,7         | 38,8               | 0,4            | 3,3                         | 0,0        | 199                                      |
| Garnose keptos sezoninės daržovės (morkos, pomidorai, salierai, paprikos, brokoliai, cukinijos) (T), (A) | Se-D10  | 145                        | 2,7                         | 4,4         | 11,8               | 6,3            | 4,4                         | 0,1        | 97                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                       |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0        | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                    | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0        | 0                                        |
|                                                                                                          |         | <b>Iš viso:</b>            | <b>35,3</b>                 | <b>17,1</b> | <b>97,1</b>        | <b>18,0</b>    | <b>15,5</b>                 | <b>1,2</b> | <b>684</b>                               |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                     | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g  | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|------------|------------------------------------------|
|                                                                                           |         |                            | balymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |            |                                          |
| Trinta moliūgų sriuba su lešiais (T), (A)                                                 | Se-Sr23 | 150                        | 3,7                         | 2,2         | 15,3               | 2,3            | 2,8                         | 0,3        | 95                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                   |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2        | 50                                       |
| Orkaitėje kepti varškės ir pilno grūdų kapotų avižinių kruopų paplotėliai su bananais (T) | Se-V19  | 153/27                     | 25,8                        | 21,9        | 33,8               | 7,9            | 5,5                         | 0,2        | 436                                      |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                                   |         | 40                         | 1,3                         | 1,0         | 1,7                | 0,6            | 0,0                         | 0,0        | 21                                       |
| Šviežių morkų lazdelės (A)                                                                | Se-D27  | 110                        | 1,1                         | 0,2         | 9,6                | 5,8            | 3,3                         | 0,3        | 45                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                                        |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0        | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                     | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0        | 0                                        |
|                                                                                           |         | <b>Iš viso:</b>            | <b>33,8</b>                 | <b>26,0</b> | <b>83,8</b>        | <b>24,5</b>    | <b>14,7</b>                 | <b>1,0</b> | <b>704</b>                               |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                                            | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g  | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|------------|------------------------------------------|
|                                                                                                                                  |         |                            | balymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |            |                                          |
| Trinta moliūgų sriuba su lešiais (T), (A)                                                                                        | Se-Sr23 | 150                        | 3,7                         | 2,2         | 15,3               | 2,3            | 2,8                         | 0,3        | 95                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                                                          |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2        | 50                                       |
| Avižinių troškinių su daržovėmis (pomidorais, paprikomis, morkomis) (T), (A)                                                     | Se-D6   | 196/84                     | 16,2                        | 10,5        | 37,4               | 10,9           | 10,3                        | 0,3        | 309                                      |
| Šviežių kopūstų salotos su agurkais, žalumynais, kanapių ir saulėgrąžų sėklomis bei šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (A) | Se-S19  | 140                        | 3,3                         | 11,9        | 6,2                | 3,1            | 2,2                         | 0,8        | 145                                      |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                                               |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0        | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                                            | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0        | 0                                        |
|                                                                                                                                  |         | <b>Iš viso:</b>            | <b>25,0</b>                 | <b>25,2</b> | <b>82,4</b>        | <b>24,2</b>    | <b>18,4</b>                 | <b>1,6</b> | <b>657</b>                               |



| Patiekalo pavadinimas                                                                                     | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                           |         |                            | balymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)                                                                 | Se-Sr23 | 150                        | 3,7                         | 2,2         | 15,3               | 2,3            | 2,8                      | 0,3       | 95                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                                   |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai su žiediniais kopūstais (T)                                         | Se-K5   | 100/20                     | 24,0                        | 6,4         | 12,4               | 1,8            | 2,8                      | 0,4       | 203                                   |
| Brinkintos grikių kruopos (T), (A)                                                                        | Se-Gr16 | 150                        | 6,6                         | 1,6         | 36,4               | 0,4            | 3,1                      | 0,0       | 187                                   |
| Garnuose keptos sezoninės daržovės (morkos, pomidorai, salierai, paprikos, brokoliai, cukinijos) (T), (A) | Se-D10  | 135                        | 2,5                         | 4,1         | 11,0               | 5,8            | 4,1                      | 0,1       | 91                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                        |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                     | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                  |         |                            | 38,7                        | 14,9        | 98,6               | 18,2           | 15,8                     | 1,0       | 683                                   |

V kompleksas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                               | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                                     |         |                            | balymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)                                                                           | Se-Sr23 | 150                        | 3,7                         | 2,2         | 15,3               | 2,3            | 2,8                      | 0,3       | 95                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                                             |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Menkų file maltiniai su petražolėmis ir sviestu (tausojančis)                                                       | Ž2005   | 90                         | 13,4                        | 9,4         | 1,9                | 1,4            | 0,6                      | 0,9       | 176                                   |
| Butių koše (tausojančis)                                                                                            | Gr012   | 140                        | 3,2                         | 4,1         | 23,4               | 0,3            | 1,9                      | 1,0       | 143                                   |
| Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis) | S008    | 115                        | 1,7                         | 6,1         | 11,0               | 5,0            | 1,9                      | 0,6       | 105                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                                  |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                               | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                            |         |                            | 23,8                        | 22,4        | 75,0               | 16,9           | 10,4                     | 3,0       | 627                                   |
| I kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                              |         |                            | 35,3                        | 17,1        | 97,1               | 18,0           | 15,5                     | 1,2       | 684                                   |
| II kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                             |         |                            | 33,8                        | 26,0        | 83,8               | 24,5           | 14,7                     | 1,0       | 704                                   |
| III kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                            |         |                            | 25,0                        | 25,2        | 83,4               | 24,2           | 18,4                     | 1,6       | 657                                   |
| IV kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                             |         |                            | 38,7                        | 14,9        | 98,6               | 18,2           | 15,8                     | 1,0       | 683                                   |
| V kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                              |         |                            | 23,8                        | 22,4        | 75,0               | 16,9           | 10,4                     | 3,0       | 627                                   |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                | Rp. Nr.   | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaudulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                      |           |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)                        | Se-Sr28.1 | 150                        | 2,8                         | 2,5         | 20,0               | 1,9            | 2,7                      | 0,8       | 113                                   |
| Viso grūdų rūginė duona                                              |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Garnose kepti lašišų file kepsneliai su citrinomis (T)               | Se-Ž7     | 86/4                       | 21,2                        | 14,4        | 0,6                | 0,1            | 0,3                      | 0,2       | 217                                   |
| Garnose keptos bulvės su rozmarinais (T), (A)                        | Se-D12    | 150                        | 3,8                         | 1,2         | 34,8               | 0,6            | 4,6                      | 0,1       | 165                                   |
| Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapsiais (A)                 | Se-S20    | 120                        | 1,0                         | 2,7         | 3,2                | 2,0            | 1,2                      | 0,4       | 41                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                   |           | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Sialo vanduo (paskaminas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                             |           |                            | 30,6                        | 21,4        | 82,2               | 12,4           | 11,9                     | 1,7       | 644                                   |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                | Rp. Nr.   | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                      |           |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)                        | Se-Sr28.1 | 150                        | 2,8                         | 2,5         | 20,0               | 1,9            | 2,7                      | 0,8       | 113                                   |
| Viso grūdų rūginė duona                                              |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti varškėčiai su kukurūzų miltais ir bananais (T)       | Se-V15    | 105/30/15                  | 23,1                        | 18,7        | 32,8               | 6,5            | 1,6                      | 0,2       | 392                                   |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                              |           | 30                         | 1,0                         | 0,8         | 1,3                | 0,5            | 0,0                      | 0,0       | 16                                    |
| Švieži vyšniniai pomidorukai (A)                                     | Se-D22    | 90                         | 0,7                         | 0,3         | 3,2                | 2,2            | 1,3                      | 0,0       | 18                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                   |           | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Sialo vanduo (paskaminus vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                             |           |                            | 29,4                        | 22,9        | 80,8               | 18,9           | 8,7                      | 1,3       | 647                                   |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                          | Rp. Nr.   | Išėiga, g            | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                |      | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g            | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|------|--------------------------|----------------------|----------------------|
|                                                                                |           |                      | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |      |                          |                      |                      |
|                                                                                |           |                      |                             |             |                    |                |      |                          |                      |                      |
| Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)                                  | Se-Sr28.1 | 11 m. ir vyf.<br>150 | 2,8                         | 2,5         | 20,0               | 1,9            | 2,7  | 0,8                      | 11 m. ir vyf.<br>113 |                      |
| Viso grūdų rūginė duona                                                        |           | 20                   | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2  | 0,2                      | 50                   |                      |
| Kukurūzų ir sorų miltų blynėliai su bananais ir troškintais obuoliais (A)      | Se-M10.1  | 130/18/32            | 4,7                         | 12,3        | 55,5               | 7,5            | 4,3  | 0,2                      | 352                  |                      |
| Veganiskas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %                                     |           | 40                   | 0,3                         | 1,5         | 2,6                | 2,4            | 0,0  | 0,0                      | 25                   |                      |
| Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A) | Se-S1.2   | 110                  | 0,9                         | 9,4         | 3,8                | 1,5            | 1,3  | 0,5                      | 104                  |                      |
| Sezoniniai vaisiai                                                             |           | 100                  | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9  | 0,0                      | 57                   |                      |
| Stalo vanduo (paskaminas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)           | Se-G6     | 200                  | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0  | 0,0                      | 0                    |                      |
|                                                                                |           | Iš viso:             | 10,5                        | 26,4        | 100,4              | 21,1           | 11,4 | 1,7                      | 702                  |                      |



## IV komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr.   | Išciga, g<br>11 m. ir vyř. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyř. |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |           |                            | balymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
|                                                                       |           |                            |                             |             |                    |                |                          |           |                                       |
| Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)                         | Se-Sr28.1 | 150                        | 2,8                         | 2,5         | 20,0               | 1,9            | 2,7                      | 0,8       | 113                                   |
| Viso grūdų rūginė duona                                               |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Garnuose kepta lašišos file su bolivinių balandų plutele (T)          | Se-Ž13    | 91/9                       | 22,4                        | 18,2        | 5,9                | 1,0            | 0,6                      | 0,8       | 277                                   |
| Garnuose keptos bulvės su rozmariniais (T), (A)                       | Se-D12    | 120                        | 3,1                         | 0,9         | 27,9               | 0,4            | 3,7                      | 0,1       | 132                                   |
| Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapsiais (A)                  | Se-S20    | 120                        | 1,0                         | 2,7         | 3,2                | 2,0            | 1,2                      | 0,4       | 41                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |           | 110                        | 0,4                         | 0,4         | 14,3               | 7,7            | 2,1                      | 0,0       | 63                                    |
| Stalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                              |           |                            | 31,2                        | 25,0        | 81,8               | 13,9           | 11,5                     | 2,3       | 677                                   |

## V komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                                       | Rp. Nr.   | Išciga, g<br>11 m. ir vyř. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyř. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                                             |           |                            | balymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
|                                                                                                                             |           |                            |                             |             |                    |                |                          |           |                                       |
| Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)                                                                               | Se-Sr28.1 | 150                        | 2,8                         | 2,5         | 20,0               | 1,9            | 2,7                      | 0,8       | 113                                   |
| Viso grūdų rūginė duona                                                                                                     |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje keptos paukštinės šlaunelės (tausojančios)                                                                        | P040.2    | 90                         | 21,7                        | 13,2        | 0,3                | 0,9            | 0,1                      | 1,1       | 206                                   |
| Virtos grikių kruopos (tausojančios)                                                                                        | Gr013     | 150                        | 9,2                         | 2,3         | 50,5               | 0,6            | 4,3                      | 0,0       | 259                                   |
| Pekano kopūstų salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių alicijumi (augalinis) (tausojančios) | S033      | 120                        | 1,3                         | 7,9         | 4,3                | 2,0            | 1,5                      | 0,0       | 94                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                                          |           | 110                        | 0,4                         | 0,4         | 14,3               | 7,7            | 2,1                      | 0,0       | 63                                    |
| Stalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                                       | Se-G6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                                    |           |                            | 36,8                        | 26,5        | 99,9               | 13,9           | 11,9                     | 2,2       | 786                                   |
| I komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                                      |           |                            | 30,6                        | 21,4        | 82,2               | 12,4           | 11,9                     | 1,7       | 644                                   |
| II komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                                     |           |                            | 29,4                        | 22,9        | 80,8               | 18,9           | 8,7                      | 1,3       | 647                                   |
| III komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                                    |           |                            | 10,5                        | 26,4        | 105,4              | 21,1           | 11,4                     | 1,7       | 702                                   |
| IV komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                                     |           |                            | 31,2                        | 25,0        | 81,8               | 13,9           | 11,5                     | 2,3       | 677                                   |
| V komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                                      |           |                            | 36,8                        | 26,5        | 99,9               | 13,9           | 11,9                     | 2,2       | 786                                   |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                             | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                   |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Ryžių kruopų sriuba (T), (A)                                                      | Se-Sr29 | 150                        | 1,9                         | 2,4         | 15,7               | 1,4            | 2,2                      | 0,9       | 92                                    |
| Viso grūdų rūginė duona                                                           |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti trišienos maitinukai su žalumynais (T)                            | Se-P17  | 96/4                       | 20,5                        | 12,1        | 2,7                | 0,1            | 0,6                      | 0,5       | 202                                   |
| Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)                                               | Se-Gr14 | 150                        | 6,8                         | 0,3         | 41,0               | 0,0            | 1,1                      | 0,5       | 194                                   |
| Burokėlių ir salierų salotos su šaltu spaudimu nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A) | Se-S17  | 125                        | 2,0                         | 7,9         | 11,5               | 7,6            | 3,5                      | 1,0       | 125                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)             | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      |           | 0                                     |
| Iš viso:                                                                          |         |                            | 32,9                        | 23,5        | 94,5               | 17,0           | 10,4                     | 3,1       | 721                                   |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Ryžių kruopų sriuba (T), (A)                                          | Se-Sr29 | 150                        | 1,9                         | 2,4         | 15,7               | 1,4            | 2,2                      | 0,9       | 92                                    |
| Viso grūdų rūginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Varskės ir cukinijų paplotėliai su spelta miltais (T)                 | Se-V17  | 123/66/31                  | 24,5                        | 27,9        | 29,1               | 3,6            | 2,9                      | 1,5       | 466                                   |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                               |         | 40                         | 1,3                         | 1,0         | 1,7                | 0,6            | 0,0                      | 0,0       | 21                                    |
| Pjausyti pomidorai (A)                                                | Se-D19  | 130                        | 1,3                         | 0,3         | 5,3                | 3,1            | 2,1                      | 0,0       | 29                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 29,5                        | 31,3        | 73,7               | 16,6           | 10,3                     | 2,7       | 694                                   |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                            | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                  |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Ryžių kruopų sriuba (T), (A)                                                     | Se-Sr29 | 150                        | 1,9                         | 2,4         | 15,7               | 1,4            | 2,2                      | 0,9       | 92                                    |
| Viso grūdų rūginė duona                                                          |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Virti pilno grūdų makaronai su avokadais ir špinatais (T), (A)                   | Se-M22  | 187/22/11                  | 12,6                        | 8,5         | 72,6               | 0,8            | 8,7                      | 0,8       | 417                                   |
| Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šaltu spaudimo alyvuogių aliejumi (A) | Se-S1.1 | 110                        | 1,2                         | 4,4         | 3,6                | 1,3            | 1,5                      | 0,2       | 59                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                               |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)            | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                         |         |                            | 17,4                        | 16,1        | 115,4              | 11,3           | 15,6                     | 2,1       | 676                                   |



## IV kompleksas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                                      |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Ryžių kruopų sriuba (T), (A)                                                         | Se-Sr29 | 150                        | 1,9                         | 2,4         | 15,7               | 1,4            | 2,2                         | 0,9       | 92                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                              |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Giarnose troškinta trušiena su daržovėmis (T)                                        | Se-P4   | 66/84                      | 15,4                        | 8,9         | 8,8                | 3,5            | 2,6                         | 0,2       | 177                                      |
| Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)                                                  | Se-Gr14 | 120                        | 5,4                         | 0,3         | 32,8               | 0,0            | 0,8                         | 0,4       | 155                                      |
| Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu<br>alyvuogių aliejumi (A) | Se-S17  | 135                        | 2,1                         | 8,6         | 12,4               | 8,2            | 3,7                         | 1,1       | 135                                      |
| Sezoniniai vaisiai                                                                   |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar<br>uogomis)             | Se-G16  | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                             |         |                            | 26,6                        | 20,9        | 93,3               | 20,9           | 12,5                        | 2,8       | 667                                      |

## V kompleksas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                    | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|--------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                          |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Ryžių kruopų sriuba (T), (A)                                             | Se-Sr29 | 150                        | 1,9                         | 2,4         | 15,7               | 1,4            | 2,2                         | 0,9       | 92                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                  |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Orkaitėje kepta vištienos filė (tausojančis)                             | P020.1  | 90                         | 32,4                        | 2,6         | 0,4                | 2,1            | 0,0                         | 0,9       | 154                                      |
| Virtos grikių kruopos (tausojančis)                                      | Gr013   | 150                        | 6,3                         | 1,6         | 34,7               | 0,0            | 4,3                         | 0,0       | 178                                      |
| Baltagūžių kopūstų salotos su saldziosiomis paprikomis<br>(augalinis)    | S005    | 120                        | 1,7                         | 6,3         | 7,8                | 7,3            | 2,7                         | 0,4       | 92                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                       |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar<br>uogomis) | Se-G16  | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                 |         |                            | 44,0                        | 13,6        | 82,1               | 18,6           | 12,3                        | 2,5       | 624                                      |
| I komplektas iš viso (dienos davinio):                                   |         |                            | 32,9                        | 23,5        | 94,5               | 17,0           | 10,4                        | 3,1       | 721                                      |
| II komplektas iš viso (dienos davinio):                                  |         |                            | 29,5                        | 31,3        | 73,7               | 16,6           | 10,3                        | 2,7       | 694                                      |
| III komplektas iš viso (dienos davinio):                                 |         |                            | 17,4                        | 16,1        | 115,4              | 11,3           | 15,6                        | 2,1       | 676                                      |
| IV komplektas iš viso (dienos davinio):                                  |         |                            | 26,6                        | 20,9        | 93,3               | 20,9           | 12,5                        | 2,8       | 667                                      |
| V komplektas iš viso (dienos davinio):                                   |         |                            | 44,0                        | 13,6        | 82,1               | 18,6           | 12,3                        | 2,5       | 624                                      |

I komplektas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                           | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g  | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|------------|---------------------------------------|
|                                                                                 |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |            |                                       |
| Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)                                        | Se-Sr14 | 150                        | 5,4                         | 2,1         | 12,9               | 4,2            | 3,6                      | 0,1        | 93                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                         |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2        | 50                                    |
| Orkaitėje kepti veršienos gabaliukai su baklažanais, morkomis ir paprikomis (T) | Se-19   | 63/37                      | 19,1                        | 8,8         | 5,0                | 2,5            | 1,8                      | 0,9        | 176                                   |
| Virtos sūrų kruopos (T), (A)                                                    | Se-Gf15 | 140                        | 4,9                         | 1,4         | 32,4               | 0,3            | 1,5                      | 0,6        | 162                                   |
| Pekrinio kopūsto salotos su kukurūzais (A)                                      | Se-S30  | 120                        | 2,1                         | 2,8         | 12,1               | 2,4            | 1,7                      | 0,6        | 82                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                              |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0        | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskaminas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)            | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0        | 0                                     |
| Iš viso:                                                                        |         |                            | <b>33,4</b>                 | <b>15,8</b> | <b>86,0</b>        | <b>17,1</b>    | <b>11,8</b>              | <b>2,4</b> | <b>620</b>                            |

II komplektas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g  | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|------------|---------------------------------------|
|                                                                      |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |            |                                       |
| Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)                             | Se-Sr14 | 150                        | 5,4                         | 2,1         | 12,9               | 4,2            | 3,6                      | 0,1        | 93                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                              |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2        | 50                                    |
| Konvecinėje krosnyje kepti varškėčiai su obuoliais (T)               | Se-V16  | 138/12                     | 25,7                        | 18,3        | 37,9               | 10,4           | 4,4                      | 0,8        | 419                                   |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                              |         | 40                         | 1,3                         | 1,0         | 1,7                | 0,6            | 0,0                      | 0,0        | 21                                    |
| Pjaustyti švieži agurkai (A)                                         | Se-D20  | 95                         | 0,8                         | 0,2         | 2,2                | 1,3            | 0,7                      | 0,0        | 13                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                   |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0        | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskaminas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0        | 0                                     |
| Iš viso:                                                             |         |                            | <b>35,0</b>                 | <b>22,3</b> | <b>78,2</b>        | <b>24,3</b>    | <b>11,8</b>              | <b>1,2</b> | <b>654</b>                            |

III komplektas **Pietūs** ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                        | Rp. Nr. | Išgiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g  | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|------------|---------------------------------------|
|                                                                                              |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |            |                                       |
| Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)                                                     | Se-Sr14 | 150                        | 5,4                         | 2,1         | 12,9               | 4,2            | 3,6                      | 0,1        | 93                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                      |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2        | 50                                    |
| Keptuvėje kepti kukurūzų miltų blynai su kokosų gėrimu, bananais ir kraušėnais (A)           | Se-M12  | 67/35/24/14                | 4,5                         | 13,4        | 43,2               | 7,6            | 3,4                      | 0,0        | 312                                   |
| Trintos sezoninės uogos (T), (A)                                                             | Se-Pa10 | 40                         | 0,3                         | 0,2         | 7,0                | 3,1            | 0,8                      | 0,0        | 31                                    |
| Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A) | Se-D23  | 90                         | 0,8                         | 8,5         | 7,1                | 4,4            | 2,5                      | 0,2        | 108                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                           |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0        | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskaminas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                         | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0        | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                     |         |                            | <b>12,8</b>                 | <b>24,9</b> | <b>93,9</b>        | <b>27,0</b>    | <b>13,5</b>              | <b>0,6</b> | <b>651</b>                            |



| Patiekalo pavadinimas                                                            | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                  |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)                                         | Se-Sr14 | 150                        | 5,4                         | 2,1         | 12,9               | 4,2            | 3,6                      | 0,1       | 93                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                          |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaidėje kepti jautienos - kiaulienos maltinukai su daržovėmis ir raudonėlu (T) | Se-J10  | 55/55                      | 16,8                        | 14,6        | 5,2                | 1,5            | 3,6                      | 0,4       | 219                                   |
| Vitros sorų kruopos (T), (A)                                                     | Se-Gr15 | 150                        | 5,3                         | 1,5         | 34,8               | 0,3            | 1,6                      | 0,7       | 173                                   |
| Pekininio kopūsto salotos su kukurūzais (A)                                      | Se-S30  | 130                        | 2,3                         | 3,0         | 13,1               | 2,6            | 1,9                      | 0,6       | 89                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                               |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)            | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
|                                                                                  |         | Iš viso:                   | 31,6                        | 21,9        | 89,5               | 16,4           | 13,8                     | 2,0       | 681                                   |

V komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr.               | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                       |         |                                          | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)                              | Se-Sr14 | 150                                      | 5,4                         | 2,1         | 12,9               | 4,2            | 3,6                      | 0,1       | 93                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                                       | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Kapotos višienos kepsnukai                                            | P019    | 120                                      | 25,0                        | 10,7        | 6,0                | 1,7            | 0,6                      | 1,0       | 220                                   |
| Butvių košė (tausojanis)                                              | Gr012   | 180                                      | 4,1                         | 5,3         | 30,0               | 0,4            | 2,5                      | 1,3       | 184                                   |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)                        | D006    | 75/75                                    | 1,4                         | 0,3         | 8,3                | 3,0            | 2,8                      | 0,2       | 41                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                                      | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskamintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                                      | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
|                                                                       |         | Iš viso:                                 | 37,6                        | 19,1        | 80,7               | 17,1           | 12,6                     | 2,8       | 645                                   |
|                                                                       |         | I komplektas iš viso (dienos davinio):   | 33,4                        | 15,8        | 86,0               | 17,1           | 11,8                     | 2,4       | 620                                   |
|                                                                       |         | II komplektas iš viso (dienos davinio):  | 35,0                        | 22,3        | 78,2               | 24,3           | 11,8                     | 1,2       | 654                                   |
|                                                                       |         | III komplektas iš viso (dienos davinio): | 12,8                        | 24,9        | 93,9               | 27,0           | 13,5                     | 0,6       | 651                                   |
|                                                                       |         | IV komplektas iš viso (dienos davinio):  | 31,6                        | 21,9        | 89,5               | 16,4           | 13,8                     | 2,0       | 681                                   |
|                                                                       |         | V komplektas iš viso (dienos davinio):   | 37,6                        | 19,1        | 80,7               | 17,1           | 12,6                     | 2,8       | 645                                   |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                    | Rp. Nr. | Išėja, g<br>11 m. ir vnt. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |               | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vnt. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|---------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                          |         |                           | batymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | į jį cukrų, g |                          |           |                                       |
| Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnių, paprikų) sruaba su pilno grūdo makaronais (T), (A) | Se-S/21 | 150                       | 2,1                         | 1,3         | 10,0               | 1,0           | 1,8                      | 0,7       | 60                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                  |         | 20                        | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8           | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Konvektinėje krosnyje kepti višienos ir grietinių kotletukai (T)                                         | Se-P3   | 86/64                     | 32,0                        | 6,7         | 21,1               | 0,7           | 1,9                      | 0,3       | 272                                   |
| Žiedinių kopūstų piurė (T), (A)                                                                          | Se-G/10 | 100                       | 2,9                         | 4,3         | 6,1                | 2,7           | 2,3                      | 0,5       | 75                                    |
| Kalariopų salotos su agurkais ir morkomis (A)                                                            | Se-S31  | 125                       | 1,8                         | 4,1         | 6,8                | 3,7           | 2,4                      | 0,5       | 72                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                       |         | 100                       | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0           | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Sialo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                    | Se-G6   | 200                       | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0           | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                 |         |                           | 40,6                        | 17,1        | 67,5               | 15,9          | 11,6                     | 2,3       | 586                                   |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                    | Rp. Nr. | Išėja, g<br>11 m. ir vnt. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |               | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vnt. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|---------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                          |         |                           | batymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | į jį cukrų, g |                          |           |                                       |
| Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnių, paprikų) sruaba su pilno grūdo makaronais (T), (A) | Se-S/21 | 150                       | 2,1                         | 1,3         | 10,0               | 1,0           | 1,8                      | 0,7       | 60                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                  |         | 20                        | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8           | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje keptas varškės apkepas su mėsine (T)                                                           | Se-V3   | 140/60                    | 26,2                        | 15,8        | 23,4               | 10,2          | 3,2                      | 0,3       | 341                                   |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                                                  |         | 50                        | 1,7                         | 1,3         | 2,1                | 0,8           | 0,0                      | 0,1       | 26                                    |
| Garnose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)                                                              | Se-D15  | 125                       | 2,4                         | 4,6         | 7,5                | 1,4           | 1,7                      | 0,4       | 81                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                       |         | 100                       | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0           | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Sialo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                    | Se-G6   | 200                       | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0           | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                 |         |                           | 34,1                        | 23,6        | 66,5               | 21,2          | 9,9                      | 1,7       | 615                                   |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                    | Rp. Nr. | Išėja, g<br>11 m. ir vnt. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |               | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vnt. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|---------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                          |         |                           | batymai, g                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | į jį cukrų, g |                          |           |                                       |
| Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnių, paprikų) sruaba su pilno grūdo makaronais (T), (A) | Se-S/21 | 150                       | 2,1                         | 1,3         | 10,0               | 1,0           | 1,8                      | 0,7       | 60                                    |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                  |         | 30                        | 2,1                         | 0,4         | 15,8               | 1,2           | 1,9                      | 0,3       | 75                                    |
| Troškintos šparaginės pipelės su morkomis ir trinitais pomidorais (T), (A)                               | Se-D42  | 150                       | 3,6                         | 3,7         | 16,1               | 6,1           | 6,9                      | 0,7       | 112                                   |
| Garnose keptos bulvės su rozmarinu (T), (A)                                                              | Se-D12  | 120                       | 3,1                         | 0,9         | 27,9               | 0,4           | 3,7                      | 0,1       | 132                                   |
| Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su cesnais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejus užpilu (A)  | Se-S2   | 135                       | 4,1                         | 21,3        | 7,9                | 2,9           | 5,1                      | 0,1       | 240                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                       |         | 100                       | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0           | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Sialo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                    | Se-G6   | 200                       | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0           | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                 |         |                           | 15,4                        | 27,9        | 90,7               | 18,7          | 21,2                     | 2,0       | 676                                   |



| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr. | Išėja, g<br>11 m. ir vnt. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vnt. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                                                            |         |                           | baty maig.                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Saldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) srutai su pilno grūdo makaronais (T), (A) | Se-S/21 | 150                       | 2,1                         | 1,3         | 10,0               | 1,0            | 1,8                         | 0,7       | 60                                       |
| Viso grūdo rūgimė duona                                                                                    |         | 30                        | 2,1                         | 0,4         | 15,8               | 1,2            | 1,9                         | 0,3       | 75                                       |
| Orkaitėje kepti višienos ir daržovių išmėlynai (T)                                                         | Se-P1   | 130                       | 25,1                        | 14,3        | 2,8                | 2,1            | 0,9                         | 0,6       | 240                                      |
| Žiedinių kopūstų pūre (T), (A)                                                                             | Se-G10  | 140                       | 4,1                         | 6,1         | 8,6                | 3,7            | 3,3                         | 0,7       | 105                                      |
| Kalarijų salotos su agurkais ir morkomis (A)                                                               | Se-S31  | 145                       | 2,1                         | 4,8         | 7,9                | 4,3            | 2,8                         | 0,5       | 83                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                         |         | 100                       | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskaitintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                     | Se-G6   | 200                       | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                                                   |         |                           | 35,9                        | 27,2        | 58,1               | 19,3           | 12,5                        | 3,0       | 621                                      |

V kompleksas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr. | Išėja, g<br>11 m. ir vnt. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vnt. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                                                            |         |                           | baty maig.                  | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Saldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) srutai su pilno grūdo makaronais (T), (A) | Se-S/21 | 150                       | 2,1                         | 1,3         | 10,0               | 1,0            | 1,8                         | 0,7       | 60                                       |
| Viso grūdo rūgimė duona                                                                                    |         | 30                        | 2,1                         | 0,4         | 15,8               | 1,2            | 1,9                         | 0,3       | 75                                       |
| Orkaitėje kepti "Žemaičių" blynai su kaniūna (išusojantis)                                                 | D011    | 187/63                    | 22,0                        | 21,7        | 43,7               | 3,4            | 4,1                         | 2,2       | 458                                      |
| Grietinė 30%                                                                                               |         | 30                        | 0,7                         | 9,0         | 0,9                | 0,8            | 0,0                         | 0,0       | 88                                       |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)                                                             | D006    | 70/70                     | 1,3                         | 0,3         | 4,5                | 4,2            | 1,6                         | 0,0       | 25                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                         |         | 100                       | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskaitintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                     | Se-G6   | 200                       | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                                                   |         |                           | 28,6                        | 33,1        | 87,9               | 17,6           | 11,3                        | 3,3       | 764                                      |
| I kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                     |         |                           | 40,6                        | 17,1        | 67,5               | 15,9           | 11,6                        | 2,3       | 586                                      |
| II kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                    |         |                           | 34,1                        | 23,6        | 66,5               | 21,2           | 9,9                         | 1,7       | 615                                      |
| III kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                   |         |                           | 15,4                        | 27,9        | 90,7               | 18,7           | 21,2                        | 2,0       | 676                                      |
| IV kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                    |         |                           | 35,9                        | 27,2        | 58,1               | 19,3           | 12,5                        | 3,0       | 621                                      |
| V kompleksas iš viso (dienos davinio):                                                                     |         |                           | 28,6                        | 33,1        | 87,9               | 17,6           | 11,3                        | 3,3       | 764                                      |

## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)                    | Se-Sr24 | 150                        | 1,7                         | 2,8         | 11,2               | 2,3            | 2,2                         | 0,3       | 77                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Kiaulienos troškiny su pupelėmis (T)                                  | Se-K7   | 90/60                      | 21,8                        | 5,2         | 19,8               | 3,5            | 4,7                         | 0,8       | 213                                      |
| Brinkintos grikių kruopos (T), (A)                                    | Se-Gr16 | 120                        | 5,3                         | 1,3         | 29,1               | 0,3            | 2,5                         | 0,0       | 149                                      |
| Kepų cukinijų, žirnelių ir mėtų salotos (T), (A)                      | Se-S10  | 135                        | 4,8                         | 2,2         | 12,9               | 2,9            | 5,2                         | 0,8       | 91                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 35,4                        | 12,2        | 96,5               | 16,9           | 17,7                        | 2,1       | 637                                      |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                 | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                       |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)                    | Se-Sr24 | 150                        | 1,7                         | 2,8         | 11,2               | 2,3            | 2,2                         | 0,3       | 77                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                               |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Orkaitėje kepti varškėčiai su špinatais (T)                           | Se-V13  | 143/7                      | 26,4                        | 20,4        | 26,6               | 4,1            | 1,6                         | 0,8       | 395                                      |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                               |         | 40                         | 1,3                         | 1,0         | 1,7                | 0,6            | 0,0                         | 0,0       | 21                                       |
| Šviežios, traškios morkytės (A)                                       | Se-D36  | 95                         | 0,6                         | 0,3         | 7,5                | 4,7            | 2,9                         | 0,1       | 35                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                    |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis) | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                              |         |                            | 31,8                        | 25,2        | 70,4               | 19,6           | 9,9                         | 1,4       | 636                                      |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                            | Rp. Nr. | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės<br>medžiagos, g | Druska, g | Energinė<br>vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------------------------------------|
|                                                                                  |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                             |           |                                          |
| Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)                               | Se-Sr24 | 150                        | 1,7                         | 2,8         | 11,2               | 2,3            | 2,2                         | 0,3       | 77                                       |
| Viso grūdų ruginė duona                                                          |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                         | 0,2       | 50                                       |
| Lešų makaronai su troškintų daržovių padažu (T), (A)                             | Se-Kr26 | 104/96                     | 16,4                        | 13,1        | 43,1               | 5,9            | 7,8                         | 0,5       | 356                                      |
| Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A) | Se-S1.1 | 100                        | 1,0                         | 4,0         | 3,3                | 1,1            | 1,4                         | 0,2       | 53                                       |
| Sezoniniai vaisiai                                                               |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                         | 0,0       | 57                                       |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)            | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                         | 0,0       | 0                                        |
| Iš viso:                                                                         |         |                            | 21,0                        | 20,5        | 81,2               | 17,2           | 14,6                        | 1,2       | 593                                      |



| Patiekalo pavadinimas                                                                              | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyř. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyř. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                    |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| 1. Tvirta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)                                              | Se-Sr24 | 150                        | 1,7                         | 2,8         | 11,2               | 2,3            | 2,2                      | 0,3       | 77                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                            |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje kepti mamos kiaušienos lyzdeliai su paprikomis, morkomis ir fermentiniu sūriu (45 %) (T) | Se-K2   | 50/25/35/10                | 24,5                        | 12,3        | 6,8                | 3,3            | 1,9                      | 0,7       | 236                                   |
| Brinkintos grikių kruopos (T), (A)                                                                 | Se-Gr16 | 140                        | 6,2                         | 1,5         | 34,0               | 0,3            | 2,9                      | 0,0       | 174                                   |
| Keptų cukinijų, žirnelių ir mėtų salotos (T), (A)                                                  | Se-S10  | 130                        | 4,6                         | 2,1         | 12,4               | 2,8            | 5,0                      | 0,8       | 87                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                 |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                              | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                           |         |                            | 38,8                        | 19,4        | 87,9               | 16,6           | 15,2                     | 2,0       | 682                                   |

V komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                                        | Rp. Nr. | Išciga, g<br>11 m. ir vyř. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyř. |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                              |         |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| 1. Tvirta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)                                                        | Se-Sr24 | 150                        | 1,7                         | 2,8         | 11,2               | 2,3            | 2,2                      | 0,3       | 77                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                                      |         | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje keptas višienos malinukas (tausojanis)                                                             | P017    | 90                         | 20,4                        | 8,4         | 5,0                | 2,5            | 0,4                      | 0,6       | 177                                   |
| Virtos perlinės kruopos (tausojanis) (augalinis)                                                             | Gr017   | 180                        | 5,8                         | 1,1         | 44,7               | 0,4            | 4,3                      | 0,9       | 212                                   |
| Ballagūžių kopūstų salotos su morkomis ir porais bei nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojanis) | S037    | 135                        | 2,0                         | 7,1         | 8,8                | 2,9            | 2,2                      | 0,8       | 74                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                           |         | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                                        | Se-G6   | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                                     |         |                            | 31,7                        | 20,0        | 93,1               | 16,0           | 12,2                     | 2,8       | 646                                   |
| I komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                       |         |                            | 35,4                        | 12,2        | 96,5               | 16,9           | 17,7                     | 2,1       | 637                                   |
| II komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                      |         |                            | 31,8                        | 25,2        | 70,4               | 19,6           | 9,9                      | 1,4       | 636                                   |
| III komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                     |         |                            | 21,0                        | 20,5        | 81,2               | 17,2           | 14,6                     | 1,2       | 593                                   |
| IV komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                      |         |                            | 38,8                        | 19,4        | 87,9               | 16,6           | 15,2                     | 2,0       | 682                                   |
| V komplektas iš viso (dienos davinio):                                                                       |         |                            | 31,7                        | 20,0        | 93,1               | 16,0           | 12,2                     | 2,8       | 646                                   |



## I komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                     | Rp. Nr.   | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                           |           |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Raudonųjų lešų sriuba (T), (A)                                                            | Se-Sr18.1 | 150                        | 3,3                         | 0,2         | 10,6               | 0,6            | 1,8                      | 0,5       | 57                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                   |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Giunose kepta menkės file (T)                                                             | Se-Ž3     | 110                        | 27,1                        | 2,1         | 0,5                | 0,0            | 0,2                      | 0,3       | 130                                   |
| Virtos bulgur kruopos (T), (A)                                                            | Se-Gr13   | 150                        | 5,3                         | 4,8         | 32,5               | 0,2            | 3,3                      | 0,0       | 195                                   |
| Šviežių morkų ir kopūstų salotos su sezamų sėklomis ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A) | Se-S23    | 130                        | 2,7                         | 12,3        | 8,8                | 4,9            | 4,2                      | 4,0       | 156                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                        |           | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                     | Se-G6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                  |           |                            | 40,2                        | 20,2        | 75,9               | 13,5           | 12,7                     | 5,0       | 646                                   |

## II komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                         | Rp. Nr.   | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                               |           |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Raudonųjų lešų sriuba (T), (A)                                                                | Se-Sr18.1 | 150                        | 3,3                         | 0,2         | 10,6               | 0,6            | 1,8                      | 0,5       | 57                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                       |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaiteje kepti varškėčiai su varške be laktozės (9% rieb.), kukurūzų miltais ir bananais (T) | Se-V14    | 105/30/15                  | 24,2                        | 18,7        | 31,0               | 4,1            | 1,6                      | 0,2       | 390                                   |
| Natūralus jogurtas 2,5%                                                                       |           | 40                         | 1,3                         | 1,0         | 1,7                | 0,6            | 0,0                      | 0,0       | 21                                    |
| Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu alyvuogių aliejumi užpilu (A)                | Se-S1.2   | 95                         | 0,8                         | 8,2         | 3,3                | 1,3            | 1,1                      | 0,4       | 90                                    |
| Sezoniniai vaisiai                                                                            |           | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                         | Se-G6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                                      |           |                            | 31,5                        | 28,8        | 70,0               | 14,4           | 7,7                      | 1,4       | 665                                   |

## III komplektas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                  | Rp. Nr.   | Išėiga, g<br>11 m. ir vyr. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyr. |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                        |           |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrų, g |                          |           |                                       |
| Raudonųjų lešų sriuba (T), (A)                                                         | Se-Sr18.1 | 150                        | 3,3                         | 0,2         | 10,6               | 0,6            | 1,8                      | 0,5       | 57                                    |
| Viso grūdų ruginė duona                                                                |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8            | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaiteje kepti bulgur kruopų ir pupelių rutuliukai (T), (A)                           | Se-K37    | 108/72                     | 14,1                        | 6,7         | 53,7               | 2,5            | 11,7                     | 0,3       | 331                                   |
| Pastarnokų padažas (8,5% rieb.) (T), (A)                                               | Se-Pa5    | 40                         | 0,3                         | 3,4         | 4,3                | 1,3            | 1,2                      | 0,1       | 49                                    |
| Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos su sezamų ir moliūgų sėklomis (A) | Se-S7     | 110                        | 2,6                         | 5,7         | 9,4                | 4,7            | 2,9                      | 0,4       | 100                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                     |           | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0            | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                  | Se-G6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0            | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
| Iš viso:                                                                               |           |                            | 22,2                        | 16,7        | 101,5              | 16,9           | 20,7                     | 1,5       | 645                                   |



| Patiekalo pavadinimas                                                                     | Rp. Nr.   | Išgėta, g<br>11 m. ir vyf. | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                           |           |                            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |                                       |
| Raudonųjų lešų sriuba (T), (A)                                                            | Se-Sr18.1 | 150                        | 3,3                         | 0,2         | 10,6               | 0,6             | 1,8                      | 0,5       | 57                                    |
| Viso grūdų rūginė duona                                                                   |           | 20                         | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Konvekciniame krosnyje garuose kepti karpio file maltinukai su daržovėmis (T)             | Se-Ž1     | 80/20                      | 19,2                        | 12,4        | 4,0                | 1,5             | 1,0                      | 0,3       | 204                                   |
| Virtos bulgarų krapos (T), (A)                                                            | Se-Gf13   | 140                        | 4,9                         | 4,5         | 30,4               | 0,2             | 3,1                      | 0,0       | 182                                   |
| Šviežių morkų ir kopūstų salotos su sezamu sėklomis ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A) | Se-S23    | 120                        | 2,5                         | 11,3        | 8,1                | 4,5             | 3,9                      | 3,7       | 144                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                        |           | 100                        | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                     | Se-G6     | 200                        | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
|                                                                                           |           | Iš viso:                   | 31,7                        | 29,1        | 76,6               | 14,6            | 12,9                     | 4,7       | 695                                   |

V kompleksas Pietūs ..... val.

| Patiekalo pavadinimas                                                                              | Rp. Nr.   | Išgėta, g<br>11 m. ir vyf.               | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    |                 | Skaidulinės medžiagos, g | Druska, g | Energinė vertė, kcal<br>11 m. ir vyf. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------|-----------------------------|-------------|--------------------|-----------------|--------------------------|-----------|---------------------------------------|
|                                                                                                    |           |                                          | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g | iš jų cukrus, g |                          |           |                                       |
| Raudonųjų lešų sriuba (T), (A)                                                                     | Se-Sr18.1 | 150                                      | 3,3                         | 0,2         | 10,6               | 0,6             | 1,8                      | 0,5       | 57                                    |
| Viso grūdų rūginė duona                                                                            |           | 20                                       | 1,4                         | 0,3         | 10,5               | 0,8             | 1,2                      | 0,2       | 50                                    |
| Orkaitėje keptos jūrinių lydekų file (tausojančios)                                                | Ž017      | 100                                      | 21,5                        | 4,3         | 0,0                | 1,5             | 1,3                      | 0,7       | 124                                   |
| Virtos grikių kruopos (tausojančios)                                                               | Gf013     | 160                                      | 9,8                         | 2,4         | 53,9               | 0,2             | 4,6                      | 0,0       | 276                                   |
| Burokėlių, obuolių ir svogūnų salotos su šaltu spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) | S009      | 130                                      | 3,0                         | 9,6         | 8,3                | 4,9             | 2,9                      | 1,0       | 132                                   |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                 |           | 100                                      | 0,4                         | 0,4         | 13,0               | 7,0             | 1,9                      | 0,0       | 57                                    |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)                              | Se-G6     | 200                                      | 0,0                         | 0,0         | 0,0                | 0,0             | 0,0                      | 0,0       | 0                                     |
|                                                                                                    |           | Iš viso:                                 | 39,4                        | 17,1        | 96,3               | 14,9            | 13,8                     | 2,4       | 697                                   |
|                                                                                                    |           | I kompleksas iš viso (dienos davinio):   | 40,2                        | 20,2        | 75,9               | 13,5            | 12,7                     | 5,0       | 646                                   |
|                                                                                                    |           | II kompleksas iš viso (dienos davinio):  | 31,5                        | 28,8        | 70,0               | 14,4            | 7,7                      | 1,4       | 665                                   |
|                                                                                                    |           | III kompleksas iš viso (dienos davinio): | 22,2                        | 16,7        | 101,5              | 16,9            | 20,7                     | 1,5       | 645                                   |
|                                                                                                    |           | IV kompleksas iš viso (dienos davinio):  | 31,7                        | 29,1        | 76,6               | 14,6            | 12,9                     | 4,7       | 695                                   |
|                                                                                                    |           | V kompleksas iš viso (dienos davinio):   | 32,1                        | 15,0        | 108,8              | 14,9            | 13,8                     | 2,4       | 699                                   |