

11 ir vyresnių amžiaus grupė
1 savaitė
Pirmadienis



Pietūs 11.40 val.

Variantas	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT 1	150	3,73	5,10	20,73	143,79
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 2	10	0,90	0,20	0,23	6,32
I	Ryžių plovos su vištienos filė (tausojantis)	10-5/111T 3	220 (90/120)	28,30	12,80	35,37	369,88
II	Cukinių ir bulvių plokštainis su nesaldintu jogurtu (2,5 %)	4-8/169 4	190/30	10,85	8,02	44,56	293,85
I	Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 5	120	1,22	6,32	6,39	87,32
II	Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A 5	150	1,38	12,15	9,11	151,33
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0,20	0,20	6,50	28,60
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
I	Iš viso:			35,04	25,30	91,32	733,15
II	Iš viso:			17,74	26,36	103,23	721,12

11 ir vyresnių amžiaus grupė
1 savaitė
Antradienis



Pietūs 11.40 val.

Va ria nta s	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energin ė vertė, kcal
				baltyma i, g	riebalai, g	angliava n- deniai, g	
I-II	Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1,43	3,14	10,68	76,72
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 2	10	0,90	0,20	0,23	6,32
I	Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	11-8/162T 1	120	22,68	9,92	7,01	208,05
II	Keptas orkaitėje žuvies (menkės) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T 7	140	23,86	6,18	2,86	162,48
I-II	Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	3-3/53T 5	150/1.5	3,79	1,75	34,16	167,57
I	Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/2A 2	100	1,17	3,25	7,62	64,37
II	Žalių burokėlių salotos su razinomis ir žemės riešutais (augalinis)	2-1/1A 2	100	4,79	6,42	23,24	169,85
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04
I-II	Saldintas jogurtas (cukrų iki 10g/100g)	18/7 1	125	2,90	2,10	10,60	108,75
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
I	Iš viso:			33,55	21,04	92,40	729,03
II	Iš viso:			38,34	20,47	103,87	788,94

11 ir vyresnių amžiaus grupė
1 savaitė
Trečiadienis



Pietūs 11.40 val.

V a r i a n t a s	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT 1	150	1,91	4,75	11,38	95,88
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
I	Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T 6	200(100/90/10)	10,97	12,00	45,25	332,91
II	Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	10-5/101T 5	180 (65/115)	19,35	8,57	20,80	237,68
II	Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 4	130/4	7,70	5,77	42,34	252,14
I	Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgražų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/22A 3	120	2,89	8,52	7,89	119,80
II	Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 4	120	1,43	6,28	4,49	80,23
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
I	Iš viso:			18,32	32,33	91,23	729,22
II	Iš viso:			31,51	26,15	101,23	766,32

11 ir vyresnių amžiaus grupė
1 savaitė
Ketvirtadienis



Pietūs 11.40 val.

V a r i a n t a s	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4,89	4,18	19,67	135,87
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	40	2,96	0,64	17,12	86,08
I	Kepti varškėčiai (varškė 9%) su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-8/166T 4	170	25,99	13,31	37,10	372,15
I	Grietinė (30%)	18/9 1	20	2,90	2,10	10,60	58,40
II	Kepti su garais jautienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141T 4	110	22,28	14,58	3,84	235,73
II	Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 6	110	2,27	0,11	20,73	93,02
I	Traškios morkytės	18/21 2	110	1,10	0,22	9,57	44,66
II	Kopūstų, morkų, obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/10A 3	110	1,10	5,74	8,82	91,32
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0,20	0,20	6,50	28,60
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3,00	5,88	66,84
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
I	Iš viso:			42,52	24,05	119,43	849,81
II	Iš viso:			38,18	28,85	95,57	794,66

11 ir vyresnių amžiaus grupė
1 savaitė
Penktadienis



Pietūs 11.40 val.

Va ria nta s	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energin ė vertė, kcal
				baltyma i, g	riebalai, g	angliava n- deniai, g	
I-II	Raudonųjų lęšių sriuba su bulvėmis, morkomis ir salierais (augalinis) (tausojantis)	1-3/42AT 1	150	11,27	3,73	32,82	209,95
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 2	10	0,90	0,20	0,23	6,32
I	Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/61T 4	100(90/10)	20,24	3,91	1,28	121,20
II	Kepta su garais žuvis (menkė) su porais, morkomis, žiediniais kopūstais (tausojantis)	9-7/143T 4	120	14,73	7,39	5,49	147,36
I-II	Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 4	120/30	4,49	3,82	34,35	189,70
I	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A 4	150	5,20	9,38	19,73	184,14
II	Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/12 6	150	2,57	1,08	13,12	72,45
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
I	Iš viso:			42,77	21,72	110,50	808,54
II	Iš viso:			34,63	16,90	108,11	723,02

11 ir vyresnių amžiaus grupė
2 savaitė
Pirmadienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Trinta daržovių ir obuolių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/20AT 1	150	1,13	2,43	11,53	72,52
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	40	2,96	0,64	17,12	86,08
I	Grikių ir kiaušienos troškiny (tausojantis)	11-5/100T 3	170(130/40)	15,72	13,03	42,65	350,73
II	Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	10-7/141T 4	120	27,46	8,73	7,08	216,71
II	Orkaitėje keptos bulvės su kario prieskoniais (augalinis) (tausojantis)	4-8/159AT 4	130	2,55	4,01	23,32	139,54
I	Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14 7	145	2,29	0,96	3,97	33,67
II	Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 4	150	1,46	8,92	15,07	146,36
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I-II	Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3,00	5,88	66,84
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0,52	0,52	16,90	74,36
I	Iš viso:			27,39	20,92	105,97	721,67
II	Iš viso:			40,85	28,58	104,81	839,88

11 ir vyresnių amžiaus grupė
2 savaitė
Antradienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4,33	1,86	18,60	108,43
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	40	2,96	0,64	17,12	86,08
I	Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9 %) su kukurūzų kruopomis (tausojantis)	7-8/160T 6	160(144/16)	30,23	17,61	27,05	387,57
II	Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T 6	180(115/65)	31,92	18,46	8,48	327,77
II	Biri perlinių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	3-3/51T 3	90/1	3,09	1,31	23,70	118,95
II	Raugintų/šviežių kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A 4	120	1,06	8,53	7,44	110,78
I	Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 5	120	1,27	2,63	8,06	61,01
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,40	45,76
	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0,28	0,28	9,10	40,04
I	Iš viso:			39,39	23,34	90,33	728,90
II	Iš viso:			43,97	31,40	94,83	837,81

11 ir vyresnių amžiaus grupė
2 savaitė
Trečiadienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT 1	150	8,48	4,33	23,72	167,77
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 2	10	0,90	0,20	0,23	6,32
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	40	2,96	0,64	17,12	86,08
I	Keptas orkaitėje žuvies (menkės) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T 4	100	17,04	4,41	2,04	116,06
II	Kepti su garais kiaulienos zrazai su virtų kiaušinių ir svogūnų įdaru (tausojantis)	11-7/141T 1	100	17,56	10,12	10,97	205,17
I-II	Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 4	140/5	2,41	4,17	21,82	134,42
I	Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais ir citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 4	140	1,53	3,14	22,02	122,44
II	Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A 3	120	1,04	9,78	4,13	108,76
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 3	70	0,28	0,28	9,10	40,04
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
I	Iš viso:			34,28	17,85	118,15	770,37
II	Iš viso:			34,32	30,20	109,19	845,80

11 ir vyresnių amžiaus grupė
2 savaitė
Ketvirtadienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/30AT 1	150	4,23	3,33	18,47	120,74
I	Kepti orkaitėje kalakutienos filė maltinukai su varške (9%) ir cukinija (tausojantis)	10-8/161T 4	130(80/30/20)	22,99	3,32	4,47	139,73
II	Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)	10-5/113T 1	100/10	25,61	7,66	2,74	182,32
I	Kepti su garais burokėliai su saulėgražomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/143AT 4	150(126/24)	7,38	12,71	18,33	217,25
II	Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 5	150	1,91	8,88	8,37	121,02
I-II	Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 4	130/4	7,70	5,77	42,34	252,14
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisia	18/20 9	140	0,56	0,56	18,20	80,08
I	Iš viso:			42,86	25,70	101,81	809,93
II	Iš viso:			40,01	26,20	90,12	756,30

11 ir vyresnių amžiaus grupė
2 savaitė
Penktadienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT 1	150	2,10	4,82	17,28	120,89
I	Kepti su garais kiaulienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141T 2	110	21,22	10,10	3,63	190,28
II	Keptas orkaitėje žuvies (menkė) pyragas (tausojantis)	9-8/165T 3	140	25,10	8,73	14,30	236,16
I-II	Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	3-3/57T 2	130	3,30	2,82	35,74	181,59
I	Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20A 4	150	1,43	9,31	12,25	138,52
II	Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/15 3	180	3,13	1,19	7,52	53,32
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0,24	0,24	7,80	34,32
	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
I	Iš viso:			28,97	27,97	98,80	762,84
II	Iš viso:			34,55	18,48	104,75	723,51

11 ir vyresnių amžiaus grupė
3 savaitė
Pirmadienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT 1	150	1,88	3,27	13,17	89,62
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	40	2,96	0,64	17,12	86,08
I	Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62t 4	100(88/12)	20,00	3,99	1,12	120,32
II	Vištienos kumpelių guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T 4	160(70/40/50)	21,35	6,83	11,15	191,51
I-II	Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 4	130/4	7,70	5,77	42,34	252,14
I	Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 3	120	2,73	11,93	11,63	164,83
II	Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgražų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/22A 3	120	2,89	8,52	7,89	119,80
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
I	Iš viso:			35,75	26,08	100,98	781,61
II	Iš viso:			37,26	25,52	107,27	807,78

11 ir vyresnių amžiaus grupė
3 savaitė
Antradienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4,33	1,86	18,60	108,43
I	Avižinių kruopų ir kaulienos išpjovos troškiny (tausojantis)	11-5/103T 4	220(168/52)	21,35	11,60	40,16	350,44
II	Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai su burokėliais (tausojantis)	11-8/161T 4	120(100/20)	19,57	8,80	8,72	192,39
II	Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT 6	140(55/85)	2,81	6,32	28,88	183,65
I	Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 4	130	1,42	6,71	5,11	86,56
II	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A 5	120	4,16	8,70	15,78	158,06
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0,20	0,20	6,50	28,60
	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Sezoniniai vaisiai	18/20 11	150	0,60	0,60	19,50	85,80
	Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3,00	5,88	66,84
I	Iš viso:			31,99	23,97	95,75	726,68
II	Iš viso:			35,74	29,48	103,86	823,76

11 ir vyresnių amžiaus grupė
3 savaitė
Trečiadienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2,32	3,37	16,11	104,02
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	40	2,96	0,64	17,12	86,08
I	Kepta su garais riebi (lašiša, skumbė, šamas) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/145T 5	100	17,02	22,64	0,49	273,83
II	Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (tausojantis)	11-7/140T 1	110	24,41	11,27	5,66	221,71
I	Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT 7	110/20	1,94	7,92	11,62	125,52
II	Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A 5	150	1,38	12,15	9,11	151,33
I-II	Grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/33T 2	140/2	4,42	2,82	24,27	140,16
	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 10	145	0,58	0,58	18,85	82,94
I	Iš viso:			29,24	37,97	88,46	812,55
II	Iš viso:			36,07	30,83	91,12	786,24

11 ir vyresnių amžiaus grupė
3 savaitė
Ketvirtadienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT 1	150	3,84	3,29	14,85	104,34
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I	Grikių ir kiaušienos troškiny (tausojantis)	11-5/100T 3	170(130/40)	15,72	13,03	42,65	350,73
II	Varškės (9%) ir bananų apkepas su ciberžole ir cinamonu (tausojantis)	7-8/170T 4	240(120/120)	27,60	17,11	41,70	431,19
II	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 6	30	2,70	0,60	0,69	18,96
II	Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
II	Traškios morkytės	18/21 2	110	1,10	0,22	9,57	44,66
I	Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 4	150	3,41	14,91	14,54	206,03
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
I	Iš viso:			25,13	32,23	102,70	801,39
II	Iš viso:			37,67	22,34	100,38	753,24

11 ir vyresnių amžiaus grupė
3 savaitė
Penktadienis



Pietūs 11.40 val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
I-II	Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT 1	150	3,01	4,95	24,20	153,42
I	Kepti su garais varškės (9%) ir cukinijų paplotėliai (tausojantis)	7-7/161T 4	140	16,08	13,77	8,48	222,23
II	Kepti su garais žuvies (jūros lydeka) maltiniai (tausojantis)	9-7/146T 1	140	30,91	7,42	10,44	232,19
I-II	Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 4	140/5	2,41	4,17	21,82	134,42
I	Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 7	160	1,90	8,38	5,99	106,97
II	Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 4	150	1,46	8,92	15,07	146,36
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0,20	0,20	6,50	28,60
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 13	170	0,68	0,68	22,10	97,24
I	Iš viso:			24,29	32,15	89,10	742,88
II	Iš viso:			38,68	26,34	100,13	792,23