

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė,			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/30T 2	200	5,62	3,21	37,15	199,95
	Varškė (9 %) su graikišku jogurtu (2%) ir uogomis	15-1/1 2	80 (60/ 10/10)	10,59	5,64	3,30	106,32
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			16,21	8,85	40,45	306,27

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė,			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
I	Cukinių ir bulvių plokštainis su nesaldintu jogurtu (2,5 %)	4-8/169 3	120/20	7,03	5,21	29,09	191,39
II	Ryžių plovos su vištienos filė (tausojantis)	10-5/111T 2	150(60/90)	19,12	8,18	22,23	239,07
I	Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 4	100	1,04	5,27	5,39	73,15
II	Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A 4	100	0,95	4,13	6,20	65,71
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 2	70	0,28	0,28	9,10	40,04
I	Iš viso:			12,73	16,16	70,93	480,13
II	Iš viso:			24,73	17,99	64,88	520,37

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė,			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Keptas orkaitėje viso grūdo makaronų su daržovėmis ir sūriu (45%) apkepas (tausojantis)	6-8/160T 3	160	12,92	11,79	39,96	317,60
	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0,20	0,20	6,50	28,60
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			13,12	11,99	46,46	346,20

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/34AT 3	200	5,69	5,93	29,09	192,47
	Saldintas jogurtas (cukrų iki 10g/100g)	18/7 1	125	2,90	2,10	10,60	108,75
	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
	Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			8,83	8,27	47,49	335,54

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
I	Keptas orkaitėje žuvies (menkės) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T 2	75	12,78	4,68	1,53	99,36
II	Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	11-8/162T 1	75	14,18	6,20	4,38	130,03
	Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	3-3/53T 3	100/1	2,52	1,17	22,77	111,71
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 1	70	3,37	4,49	16,31	119,17
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 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
I	Iš viso:			18,96	12,94	62,22	441,13
II	Iš viso:			22,54	15,71	73,77	526,60

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Virti varškėčiai (varškė 9 %) su viso grūdo miltai (tausojantis)	7-3/60T 4	120	15,51	7,51	28,83	244,99
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 6	30	2,70	0,60	0,69	18,96
	Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			18,61	8,51	42,52	321,15

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/47T 2	200	8,29	4,66	35,86	218,51
	Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 2	120(90/30)	3,11	0,39	8,97	51,87
	Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,60	68,64
	Iš viso:			11,88	5,53	60,44	339,02

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 5	150	8,23	9,00	33,94	249,68
II	Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškinys (tausojantis)	10-5/101T 3	120 (45/75)	12,90	5,71	13,86	158,45
II	Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 3	75	4,44	2,09	24,43	134,27
I	Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	90	1,24	4,96	5,45	71,38
II	Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 3	90	1,07	4,71	3,37	60,17
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			13,13	23,76	62,06	514,59
II	Iš viso:			21,00	17,60	60,96	486,25

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	4-8/160T 3	130	15,84	10,31	32,13	284,69
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 6	30	2,70	0,60	0,69	18,96
	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0,20	0,20	6,50	28,60
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			18,74	11,11	39,32	332,25

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	viso grūdo avizinčių dribsnių kose su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir cinamonu(augalinis)	3-3/55AT 3	180	7,47	6,31	36,88	234,23
	(viso grūdo) ruginė duona su sviestu (82 %) ir varškės sūriu (13 %)	16-1/1 1	15/5/15	4,16	6,32	7,00	101,52
	Kefyras (2,5%)	18/4 4	100	3,40	2,50	4,90	55,70
	Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			15,03	15,13	48,78	391,45

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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
I-II	Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 5	25	2,25	0,50	0,58	15,80
I	Kepti varškėčiai (varškė 9%) su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-8/166T 2	100	15,29	7,83	20,83	214,93
II	Kepti su garais jautienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141T 2	75	15,19	9,94	2,62	160,73
II	Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 3	75	1,55	0,08	14,14	63,42
I	Traškios morkytės	18/21 1	80	0,80	0,16	6,96	32,48
II	Kopūstų, morkų, obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/10A 2	90	0,90	4,69	7,22	74,71
I-II	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0,20	0,20	6,50	28,60
I	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0,28	0,28	9,10	40,04
I	Iš viso:			25,19	13,47	72,19	510,77
II	Iš viso:			24,49	19,88	59,82	519,18

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Viso grūdo spelta miltų sklandžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis)	6-8/161T 4	150	11,19	5,01	38,57	244,08
	Grietinė (30%)	18/9 1	20	0,48	6,00	0,62	58,40
	Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			12,07	11,41	52,19	359,68

Pusryčiai 9.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
Kukurūzų kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/41AT 2	200	5,03	2,68	45,53	226,35
Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Kefyras (2,5%)	18/4 4	100	3,40	2,50	4,90	55,70
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Iš viso:			8,94	5,54	61,14	330,17

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
I	Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/61T 3	60	12,14	2,34	0,77	72,72
II	Kepta su garais žuvis (menkė) su porais, morkomis, žiediniais kopūstais (tausojantis)	9-7/143T 3	70	8,54	2,61	3,12	70,15
I-II	Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 2	90/20	3,01	2,75	23,09	129,14
I	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A 2	75	2,60	5,44	9,86	98,78
II	Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/12 3	85	1,45	0,61	7,43	41,06
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I	Iš viso:			29,47	14,36	66,65	513,75
II	Iš viso:			24,72	9,81	66,58	453,46

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Kepti su garais varškėčiai (varškė 9%) su morkomis (tausojantis)	7-7/162T 2	120	18,95	10,68	19,10	248,32
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 4	20	1,80	0,40	0,46	12,64
	Sezoniniai vaisiai	18/20 6	110	0,44	0,44	14,30	62,92
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			21,19	11,52	33,86	323,88

Pusryčiai 9.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/42AT 2	200	5,46	3,20	29,42	168,34
Varškė (9 %) su kefyru (2,5 %) ir trintais vaisiais/uogomis	15-1/2 5	100(55/30 /15)	9,92	5,75	10,37	132,91
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,38	8,95	39,79	301,25

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I Grikių ir kiaušienos troškiny (tausojantis)	11-5/100T 2	130(95/35)	12,02	9,96	32,62	268,21
II Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	10-7/141T 2	80	19,71	4,73	4,56	139,66
II Orkaitėje keptos bulvės su kario prieskoniais (augalinis) (tausojantis)	4-8/159AT 5	100	1,96	3,08	17,94	107,34
I Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14 5	90	1,42	0,59	2,47	20,90
II Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 2	90	0,88	4,97	9,04	84,36
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 Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I Iš viso:			16,99	13,89	70,88	476,46
II Iš viso:			26,08	16,11	67,34	518,71

Vakarienė 15.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
Kepti moliūgų blynai su kefyru (2,5%)	4-6/122 4	160	8,83	10,93	26,59	240,05
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 6	30	2,70	0,60	0,69	18,96
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,93	11,93	40,28	316,21

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 4	130/2	7,70	3,88	42,34	235,12
	Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 2	14015	3,00	4,77	16,93	122,64
	Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			10,70	8,65	59,27	357,76

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I	Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9 %) su kukurūzų kruopomis (tausojantis)	7-8/160T 4	90	17,00	9,90	15,22	218,01
II	Kiaulienos ir morkų troškinys su porais (tausojantis)	11-5/102T 4	100(64/5 6)	17,31	10,06	4,71	178,61
II	Biri perlinių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	3-3/51T 1	50/0.5	1,72	0,73	13,16	66,08
II	Raugintų/šviežių kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A 3	80	0,71	2,10	4,96	41,61
I	Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 4	100	3,74	2,42	14,33	94,08
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 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			27,00	14,94	71,01	526,48
II	Iš viso:			25,99	15,51	64,29	500,70

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Virti bulvių kukuliai su viso grūdo spelta miltais ir ciberžole (augalinis) (tausojantis)	4-3/63AT 3	120	2,63	0,23	37,14	161,11
	Grietinė (30%)	18/9 1	20	0,48	6,00	0,62	58,40
	Saldintas jogurtas (cukrų iki 10g/100g)	18/7 1	125	2,90	2,10	10,60	108,75
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			6,01	8,33	48,36	328,26

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 5	200	5,98	5,09	45,80	252,94
	Kefyras (2,5%)	18/4 4	100	3,40	2,50	4,90	55,70
	Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			9,38	7,59	50,70	308,64

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 1	5	0,45	0,10	0,12	3,16
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I	Keptas orkaitėje žuvies (menkės) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T 2	75	12,78	4,68	1,53	99,36
II	Kepti su garais kiaulienos zrazai su virtų kiaušinių ir svogūnų įdaru (tausojantis)	11-7/141T 2	65	11,41	6,58	7,13	133,36
I-II	Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 3	90	1,54	1,73	14,02	77,79
I	Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais ir citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 2	75	0,82	1,68	11,79	65,59
II	Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A 2	75	0,67	4,13	2,53	49,93
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 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			25,99	13,28	74,04	519,63
II	Iš viso:			24,47	17,62	70,37	537,97

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Varškės (9%) apkepas su sorų kruopomis (tausojantis)	7-8/162T 3	140	19,44	13,38	28,64	312,74
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 6	30	2,70	0,60	0,69	18,96
	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			22,38	14,22	37,13	366,02

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Trijų grūdų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/58T 2	150	6,29	4,09	24,74	160,91
	Viso grūdo bandelė (cukrų iki 16g/100g)	18/72 1	50	3,85	4,10	6,50	175,00
	Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			10,14	8,19	31,24	335,91

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 2	75	13,26	1,92	2,58	80,61
II	Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)	10-5/113T 2	75/5	18,63	5,57	1,99	132,59
I	Kepti su garais burokėliai su saulėgražomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/143AT 2	90	4,43	7,63	11,00	130,35
II	Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	90	1,24	4,96	5,45	71,38
I-II	Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 3	75	4,44	2,09	24,43	134,27
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			26,60	15,20	64,27	500,29
II	Iš viso:			28,77	16,18	58,14	493,31

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	6-6/102 2	130(115/15)	8,16	11,61	32,46	266,99
	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 6	30	2,70	0,60	0,69	18,96
	Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			11,26	12,61	46,15	343,15

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/54T 2	200	6,65	5,69	32,42	207,52
	Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9%) ir obuoliais	16-8/160 2	60 (24/24/12)	5,79	3,29	14,90	112,34
	Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			12,43	8,98	47,32	319,86

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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 4	90	17,36	8,26	2,97	155,68
II	Keptas orkaitėje žuvies (menkė) pyragas (tausojantis)	9-8/165T 4	110	19,72	6,86	11,23	185,55
I-II	Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	3-3/57T 1	80	2,03	1,54	22,00	109,95
I	Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20A 3	90	0,86	4,20	7,54	71,36
II	Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/15 2	90	1,27	0,41	3,73	23,69
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 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			22,79	19,26	64,08	520,81
II	Iš viso:			25,56	14,07	68,54	503,01

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Cukinijų ir bulvių plokštainis su nesaldintu jogurtu (2,5 %)	4-8/169 2	140	6,90	5,11	28,36	186,99
	Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
	Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3,00	5,88	66,84
	Iš viso:			11,38	8,51	47,24	311,03

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavand., g	
	Sorų kruopų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/60T 2	200	9,81	5,43	52,10	296,53
	Pienas (2,5%)	18/3 1	50	1,70	1,25	2,45	27,85
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			11,51	6,68	54,55	324,38

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavand., 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 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I	Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 3	80	16,00	3,19	0,89	96,25
II	Vištienos kumpelių guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T 2	100(38/62)	11,86	3,80	6,19	106,39
I-II	Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 3	75	4,44	2,09	24,43	134,27
I-II	Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 2	90	1,32	5,80	8,23	90,41
II	Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/22A 2	90	2,17	6,39	5,92	89,86
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			25,36	14,90	63,08	487,91
II	Iš viso:			22,07	16,10	66,07	497,49

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavand., g	
	Orkaitėje kepti viso grūdo speltos varškėčiai (varškė 9%) su ciberžole (tausojantis)	7-8/171T 3	120	18,69	9,46	37,79	311,07
	Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			19,20	9,82	48,50	359,19

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir cinamonu(augalinis) (tausojantis)	3-3/55AT 4	200	8,30	7,01	40,98	260,26
	Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 4	150	3,89	0,49	11,22	64,84
	Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			12,19	7,50	52,20	325,10

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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	140(56/184)	13,59	7,38	25,56	223,01
II	Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 3	80	16,00	3,19	0,89	96,25
II	Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT 4	55/35	1,80	4,06	18,57	118,06
I	Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 2	90	0,99	4,65	3,54	59,93
II	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A 2	75	2,60	5,44	9,86	98,78
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 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			19,34	14,33	61,99	454,29
II	Iš viso:			25,17	14,99	62,22	484,45

Vakariene 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Omletas (tausojantis)	8-8/162T 3	130	14,81	14,70	13,11	243,95
	Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0,24	0,24	7,80	34,32
	Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2,22	0,48	12,84	64,56
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			17,27	15,42	33,75	342,83

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	riebe- lai, g	anglia- vand., g	
	Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T 4	160	8,90	5,18	46,99	270,19
	Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 2	15	4,32	4,20	0,02	55,14
	Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			13,22	9,38	47,00	325,33

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	riebe- lai, g	anglia- vand., 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 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I	Kepta su garais riebi (lašiša, skumburė, šamas) žuvis (tausojantis)	9-7/145T 2	70	11,91	12,33	0,35	160,00
II	Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (tausojantis)	11-7/140T 2	70	15,53	7,17	3,60	141,09
I	Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT 5	90	1,34	4,89	8,04	81,53
II	Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A 3	90	0,83	7,29	5,46	90,80
I-II	Grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/33T 1	100	3,16	1,60	17,33	96,37
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			20,45	22,74	58,19	519,27
II	Iš viso:			23,56	19,99	58,87	509,63

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	riebe- lai, g	anglia- vand., g	
	Kukurūzų kruopų košė su moliūgais, sviestu (82%) ir cinamonu (tausojantis)	3-3/38T 1	150	3,99	4,68	36,18	202,74
	Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
	Pienas (2,5%)	18/3 4	150	5,10	3,75	7,35	83,55
	Iš viso:			9,49	8,83	56,53	343,49

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82 %) (tausojantis)	3-3/40T 2	200	7,82	5,13	36,83	224,74
	Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 1	20/5/10	1,62	4,47	9,01	82,75
	Iš viso:			9,43	9,60	45,84	307,49

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., 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	140	12,95	6,75	35,13	253,02
II	Varškės (9%) ir bananų apkepas su ciberžole ir cinamonu (tausojantis)	7-8/170T 5	140	16,10	9,98	24,33	251,53
II	Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 5	25	2,25	0,50	0,58	15,80
II	Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 2	25	0,23	0,10	2,43	11,50
II	Traškios morkytės	18/21 1	80	0,80	0,16	6,96	32,48
I	Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 2	90	1,32	5,80	8,23	90,41
I-II	Vanduo	17-102	200	0,00	0,00	0,00	0,00
I-II	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			19,82	16,40	74,57	525,13
II	Iš viso:			24,93	14,59	65,50	493,01

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				balty- mai, g	rieba- lai, g	anglia- vand., g	
	Raudonųjų lęšių troškiny su daržovėmis (morkos, cukinija, moliūgas) (augalinis) (tausojantis)	5-5/104AT 4	160	16,60	7,41	48,57	327,38
	Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			16,84	7,65	56,37	361,70

Pusryčiai 9.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavand., g	
	Viso grūdo avižų kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T 2	200	6,45	4,79	33,43	202,67
	Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir varškės sūriu (13 %)	16-1/1 1	15/5/15	4,16	6,32	7,00	101,52
	Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			10,61	11,11	40,43	304,19

Pietūs 12.00val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavand., 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 2	90	10,34	8,85	5,45	142,86
II	Kepti su garais žuvies (jūros lydeka) maltiniai (tausojantis)	9-7/146T 2	90	19,87	4,77	6,71	149,27
I-II	Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 3	90	1,54	1,73	14,02	77,79
I	Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 5	90	1,07	4,71	3,37	60,17
II	Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 2	90	0,88	4,97	9,04	84,36
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 1	60	0,24	0,24	7,80	34,32
I	Iš viso:			16,40	20,69	61,34	497,16
II	Iš viso:			25,74	16,86	68,27	527,76

Vakarienė 15.30val.

	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
				baltymai, g	riebalai, g	angliavand., g	
	Obuolių ir morkų blynėliai	4-6/123 2	150	3,82	5,01	23,50	154,39
	Grietinė (30%)	18/9 1	20	0,48	6,00	0,62	58,40
	Saldintas jogurtas (cukrų iki 10g/100g)	18/7 1	125	2,90	2,10	10,60	108,75
	Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Iš viso:			7,20	13,11	34,72	321,54