

VILNIAUS R. ŠUMSKO PAGRINDINĖ MOKYKLA

Vilniaus g. 112, Šumskas, Vilniaus r.

20 dienų valgiaraštis

11 metų ir vyresnio amžiaus vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8:00 iki 16:30 val.



TVIRTINU

Direktore

Inesa Korvel

2023-05-02

Pirma savaitė / Pirmadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Daržovių sriuba (tausojojantis)	13Sr	150	1,50	3,15	9,63	68,67
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,46	3,79	26,69	154,75

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Paukštiesenos kepinukai (tausojojantis)	32A	100	22,21	11,77	11,98	241,26
Daržovių salotos	32S	100	4,89	16,84	4,86	177,57
Miežinių kruopų košė (tausojojantis, aug.)	50S	100	3,09	0,39	21,30	101,07
Iš viso:			30,19	29,00	38,14	519,90

Vaisiai		100	0,76	0,30	13,94	56,00
---------	--	-----	------	------	-------	-------

Pirma savaitė / Antradienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	6Sr	150	1,15	3,18	5,13	48,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,11	3,82	22,19	134,53

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	110	27,12	19,02	2,23	286,04
Biri grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	7Gar	50	3,07	2,76	16,78	102,33
Brokolių salotos su pomidorais, džiovintomis spanguolėmis, svogūnais, nesald. jogurto padažas	50S	100	3,04	0,96	6,38	36,54
Iš viso:			33,23	22,74	25,39	424,91

Vaisiai		200	1,52	0,60	27,88	112,00
----------------	--	-----	------	------	-------	--------

Pirma savaitė / Trečiadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	12Sr	150	2,14	7,75	11,62	78,57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,10	8,39	28,68	164,65

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Kepta paukštienos filė (tausojantis)	30A	100	24,50	7,04	8,82	197,05
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	8Gar	100	5,79	5,24	22,33	166,33
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais su aliejaus padažu (augalinis)	2S	100	1,44	5,19	4,87	64,67
Iš viso:			31,73	17,47	36,02	428,05

Vaisiai		150	1,14	0,45	20,91	84,00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------

Pirma savaitė / Ketvirtadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150	3,59	3,27	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,55	3,91	31,45	180,85

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
			nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	
Kiaulienos -daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	62A	150	30,00	17,86	9,45	315,03
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50	0,50	0,08	2,05	8,50
Ridikėliai	39S	50	0,55	0,05	1,95	8,50
Iš viso:			32,52	18,16	24,17	380,13

Vaisiai		100	0,76	0,30	13,94	56,00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------

Pirma savaitė / Penktadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	13Sr	150	1,50	3,15	9,63	68,67
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,46	3,79	26,69	154,75

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Maistas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	100	20,53	11,88	10,93	232,06
Ryžiai	5Gar	50	1,28	2,34	13,83	78,34
Burokėlių salotos su ž. žirneliais, mar. agurkais, svogūnais su aliejais padažu (augalinis)	20S	100	2,50	9,46	9,06	121,48
Iš viso:			24,31	23,68	33,82	431,88

Vaisiai		150	1,14	0,45	20,91	84,00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------



TVIRTINU

Direktorė

Inesa Korvel

2023-05-02

Antra savaitė / Pirmadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	6Sr	150	1,47	3,17	8,43	63,27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,43	3,81	25,49	149,35

Pietūs 10:45-11:05val.

Fietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	100	21,30	14,04	11,62	254,88
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	8Gar	50	2,89	2,62	11,17	83,17
Agurkų ir pomidorų salotos su svogūnais, aliejaus padažu(augalinis)	35S	100	3,82	9,55	3,87	99,37
Iš viso:			28,01	26,21	26,66	437,42

Vaisiai		150	1,14	0,45	20,91	84,00
---------	--	-----	------	------	-------	-------

Antra savaitė / Antradienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	
Burokėlių sriuba (tausojančios, augalinės)	2Sr	150	2,69	3,23	13,64	87,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,65	3,87	30,70	173,52

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
			nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	
Troškinta paukštiena (šlaunelių mėsa) (tausojančios)	29A	100/40	28,16	12,77	6,89	249,97
Perlinių kruopų košė	6Gar	100	3,24	4,59	24,82	145,91
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika), aliejaus padažas (augalinės)	5S	100	1,47	9,88	5,95	109,80
Iš viso:			32,87	24,24	37,66	505,68

Vaisiai		150	1,14	0,45	20,91	84,00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------



TVIRTINU

Direktorė

Inesa Korvel

2023-05-02

Antra savaitė / Trečiadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Ryžių kruopų sriuba	15Sr	150	0,98	5,71	5,56	74,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			3,94	6,35	22,62	160,52

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	100	19,07	16,73	11,75	272,73
Biri grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	7Gar	50	3,07	3,07	16,78	102,33
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos	6S	100	1,36	5,19	6,19	63,97
Iš viso:			23,50	24,99	34,72	444,03

Vaisiai		100	0,76	0,30	13,94	56,00
---------	--	-----	------	------	-------	-------

Antra savaitė / Ketvirtadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	150	1,56	3,30	11,43	76,91
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,52	3,94	28,49	162,99

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Maltas paukštienos filė kepsnys (tausojantis)	34A	100	24,97	10,26	9,51	228,48
Virtos bulvės (tausojantis, augalinis)	1Gar	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Salotos su pekininiais kopūstais, pomidorais	24S	100	1,36	9,76	4,62	107,31
Iš viso:			27,40	20,09	23,70	378,39

Vaisiai		100	0,76	0,30	13,94	56,00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------



TVIRTINU

Direktorė

Inesa Korvel

2023-05-02

Antra savaitė / Penktadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Ankštinių daržovių (žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150	3,95	3,24	14,25	64,14
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,91	3,88	31,31	150,22

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Jūros lydekų kepsnys	38A	100	22,53	20,71	5,40	293,47
Birų ryžių (nešlifuoti) kruopų košė (augalinis, tausojantis)	5Gar	50	1,36	2,35	14,48	81,88
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	100	1,73	5,14	11,69	89,83
Iš viso:			25,62	28,20	31,57	465,18

Vaisiai		150	1,14	0,45	20,91	84,00
---------	--	-----	------	------	-------	-------

Trečia savaitė / Pirmadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	10Sr	150	2,19	5,76	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,15	6,40	27,27	183,74

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Paukštiečių kukuliai	35A	100	25,42	6,11	4,06	168,97
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis. tausojantis)	8Gar	75	4,34	3,93	16,75	124,75
Kopūstų salotos su agurkais, konservuotais kukurūzais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	3S	75	1,26	3,93	5,03	55,11
Iš viso:			31,02	13,97	25,84	348,83

Vaisiai		150	1,14	0,45	20,91	84,00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------



TVIRTINU

Direktore

Jūsa Korvel

2023-05-02

Trečia savaitė / Antradienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Ryžių sriuba su pomidorais	23Sr	150	2,36	3,23	9,43	68,23
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,32	3,87	26,49	154,31

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Kiaulienos troškinys su padažu (tausojantis)	1A	100/60	29,81	22,61	10,09	357,69
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	50	1,17	1,91	8,24	54,27
Pomidorai	37S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Agurkai	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Iš viso:			31,88	24,72	21,53	425,96

Vaisiai		100	0,76	0,30	13,94	56,00
---------	--	-----	------	------	-------	-------



TVIRTINU

Direktorė

Inėša Korvel

2023-05-02

Trečia savaitė / Trečiadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Ankštinių daržovių (avinžirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150	3,42	3,71	13,29	97,17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,38	4,35	30,35	183,25

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
			nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Troškinta paukštiena (tausojantis)	29A	100/100	32,31	21,34	30,75	435,22
Grikių košė	7Gar	100	6,05	5,48	33,27	202,88
Raugintų kopūstų salotos	10S	100	0,79	9,11	4,34	101,20
Iš viso:			39,15	35,93	68,36	739,30

Vaisiai		100	0,76	0,30	13,94	56,00
---------	--	-----	------	------	-------	-------



TVIRTINU

Direktore

Jasas Korvel

2023-05-02

Trečia savaitė / Ketvirtadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	150	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,09	3,75	24,31	145,44

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Troškiny su mėsa ir ryžiais (tausojantis)	3A	100/100	30,00	15,85	27,55	362,77
Burokėlių salotos su ž. žirneliais, mar. agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	20S	100	2,50	9,46	9,06	121,48
Iš viso:			32,50	25,31	36,61	484,25

Vaisiai		100	0,76	0,30	13,94	56,00
---------	--	-----	------	------	-------	-------



TVIRTINU

Direktorė

Inesa Korvel

2023-05-02

Trečia savaitė / Penktadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir švž. kopūstais (tausojančios, augalinės)	3Sr	150	4,09	3,34	14,40	97,03
Viso grūdo ruginė duona	1S	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,05	3,98	31,46	183,11

Pietūs 10:45-11:05val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Keptos paukštiesienos šlauneles (tausojančios)	31A	150	36,66	24,99	1,94	380,58
Perlinių kruopų košė	6Gar	100	3,24	4,59	24,82	145,91
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos	6S	100	1,36	5,19	6,19	68,97
Iš viso:			41,26	34,77	32,05	595,46

Vaisiai		150	1,14	0,45	20,91	84,30
---------	--	-----	------	------	-------	-------

Ketvirta savaitė / Pirmadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	1Sr	150	1,41	3,14	10,67	72,49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,37	3,78	27,73	158,57

Pietūs 11:15-12:40val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Kiauliena su troškintais kopūstais	6A	100/100	24,89	47,20	10,03	552,05
Agurkų ir pomidorų salotos su svogūnais	35S	100	0,82	9,55	3,87	99,37
Iš viso:			25,71	56,75	13,90	651,42

Vaisiai		100	0.76	0.30	13.94	56.00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------

Ketvirta savaitė / Antradienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Žirnių-perlinių kr. sriuba (tauso.)	15Sr	150	3,73	3,37	14,54	95,59
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,69	4,01	31,60	181,67

Pietūs 11:15-12:40val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m..	nuo 11m.
Mėsos – grikių troškiny (tauso.)	5A	100/100	33,32	25,52	30,33	476,38
Agurkai	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Ridikėliai	39S	50	0,55	0,05	1,95	8,50
Iš viso:			34,77	25,77	35,48	498,88

Vaisiai		100	0.76	0.30	13.94	56.00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------

Ketvirta savaitė / Trečiadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Kopūstų sriuba su bulvėmis(tausoj.)	7Sr	150	1,43	3,18	8,66	64,28
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,39	3,82	25,72	150,36

Pietūs 11:15-12:40val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Kepta paukštienos filė (tausoj.)	30A	100	24,50	7,04	8,82	197,05
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, aug.)	89ar	100	5,79	5,24	22,33	166,33
Tirštas grybų padažas su grietine	10P	30	1,19	6,22	2,72	70,69
Morkų-obuolių salotos	14S	100	0,90	9,63	9,76	120,77
Iš viso:			32,38	28,13	43,63	554,84

Vaisiai		100	0.76	0.30	13.94	56.00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------

Ketvirta savaitė / Ketvirtadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Ankštinių sriuba (pupelių) (tauso.)	17Sr	150	3,59	3,27	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,55	3,91	31,45	180,85

Pietūs 11:15-12:40val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Virtų bulvių blynai su mėsos įdaru (tausojantis)	53A	100/100	16,85	14,98	50,89	401,44
Jogurtinės grietinės padažas	8P	40	1,04	3,73	2,80	48,62
Iš viso:			17,89	18,71	53,69	450,06

Vaisiai		100	0.76	0.30	13.94	56.00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------

Ketvirta savaitė / Penktadienis

Sriubos

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Burokėlių sriuba su bulvėmis(tausoj.)	1Sr	150	1,41	3,14	10,67	72,49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,37	3,78	27,73	158,57

Pietūs 11:15-12:40val.

Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai g	
		nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.	nuo 11m.
Kepti varškėčiai (su pilno grūdo miltai (tausoj.) varškė 9%)	83A	200	34,34	21,43	33,13	459,20
Jogurtinė grietinė 10%	17P	30	1,02	3,00	1,26	36,00
Iš viso:			35,36	24,43	34,39	495,20

Vaisiai		150	1,14	0,45	20,91	84,00
----------------	--	-----	------	------	-------	-------