

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos
įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių
derinimo tvarkos aprašo 2 priedas

TAURAGĖS „VERSMĖS“ GIMNAZIJA
J. TUMO – VAIŽGANTO G.10

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Įstaigos darbo laikas

8.00 iki 14.00 val.

1 savaitė - Pentadienis

I variantas Pletūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis)	Sr023	150	2.6	1.6	13.1	1.7	0.6	77
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Orkaitėje kepti laišų maitinukai (tausojantis)	Ž019	70	20.8	16.3	0.1	0.0	0.2	230
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	150	3.4	4.4	25.0	2.1	1.1	153
Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S010	125	1.3	6.5	11.7	3.8	0.7	110
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Pienas 2.5%		150	5.1	3.8	7.4	0.0	0.2	84
		Iš viso:	37.1	33.6	96.6	12.6	3.3	837

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis)	Sr023	150	2.6	1.6	13.1	1.7	0.6	77
Virti pilno grūdo makaronai su troškinta smulkinta kalakutiena (tausojantis)	M028	174/126	31.9	16.8	51.4	7.6	2.7	485
Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S010	150	1.6	7.8	14.0	4.5	0.8	133
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskamintas citrinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.7	0.3	0.0	3
		Iš viso:	36.5	26.7	92.2	16.0	4.1	755
		I variantas iš viso (dienos davinio):	37.1	33.6	96.6	12.6	3.3	837
		II variantas iš viso (dienos davinio):	36.5	26.7	92.2	16.0	4.1	755



Direktorė
Dalia Pukelienė



1 savaitė - Ketvirtadienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Rūgštyniu sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr007	150	1.0	1.6	8.2	1.4	1.1	51
Viso grūdo ruginė duona		30	2.1	0.4	15.8	1.9	0.3	75
Vištienos troškiny su morkomis ir ž. žirneliais (tausojantis)	P008	85/65	31.3	15.5	5.9	2.0	0.7	288
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	Gr002	160	6.0	0.3	52.2	5.9	0.4	235
Iceberg salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	30/10/10/ 10/3	0.6	3.1	2.2	0.9	0.0	40
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas obuolių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.1	0.0	4
Iš viso:			41.4	21.3	98.3	14.1	2.5	751

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Rūgštyniu sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr007	150	1.0	1.6	8.2	1.4	1.1	51
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Virtinukai su varškės įdaru (tausojantis)	M013.1	203/77	19.2	8.4	47.9	1.9	0.6	344
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Iceberg salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	79/26/26/26/8	1.5	8.3	5.7	2.2	0.1	105
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas obuolių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.1	0.0	4
Iš viso:			27.4	24.5	104.3	10.7	2.3	748
I variantas iš viso (dienos davinio):			41.4	21.3	98.3	14.1	2.5	751
II variantas iš viso (dienos davinio):			27.4	24.5	104.3	10.7	2.3	748



Direktorė
Dalia Pukelienė

1 savaitė - Trečiadienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150	2.1	2.3	16.0	3.2	1.1	93
Kiaulienos maitinis (tausojantis)	K003	80	15.1	5.6	14.4	1.0	0.6	169
Virti brinkinti griekiai (tausojantis)	Gr018	180	7.9	2.0	43.7	3.7	0.0	224
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	130	3.0	9.6	8.3	2.9	1.0	132
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Kefyras 2.5 %	G009	150	5.1	3.8	7.4	0.0	0.2	84
Iš viso:			33.6	23.5	100.2	12.3	2.8	747

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150	2.1	2.3	16.0	3.2	1.1	93
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Pilno grūdo makaronai su sviestu ir varške (9%) (tausojantis)	M011	205/13/32	15.2	16.1	49.4	5.6	0.4	403
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	130	3.0	9.6	8.3	2.9	1.0	132
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas greipfrutų griežinėliais	G009	150	0.0	0.0	0.8	0.2	0.0	3
Iš viso:			24.3	29.1	113.9	16.9	3.0	814
I variantas Iš viso (dienos davinio):			33.6	23.5	100.2	12.3	2.8	747
II variantas Iš viso (dienos davinio):			24.3	29.1	113.9	16.9	3.0	814



Direktorė
Dalia Filimonova



Direktorė
Dalia Pukelienė

1 savaitė - Antradienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150	4.2	2.3	24.5	3.8	1.1	136
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	K004	83/137	35.2	19.8	13.6	4.6	0.8	374
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	180	5.8	1.1	44.7	4.3	0.9	212
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	35	0.5	1.4	2.2	0.8	0.2	23
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas kriaušių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	4
Iš viso:			46.1	25.0	96.3	15.2	3.0	794

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150	4.2	2.3	24.5	3.8	1.1	136
Virtos pieniškos vištiesos dešrelės (tausojantis)	P036	150	20.5	17.4	1.3	0.0	2.0	243
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	150	4.9	0.9	37.2	3.6	0.7	176
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	150	2.1	6.0	9.4	3.3	0.7	99
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas kriaušių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	4
Iš viso:			32.0	26.9	83.8	12.4	4.6	705
I variantas iš viso (dienos davinio):			46.1	25.0	96.3	15.2	3.0	794
II variantas iš viso (dienos davinio):			32.0	26.9	83.8	12.4	4.6	705



Direktorė
Dalia Filimonova

Direktorė
Dalia Pukelienė

1 savaitė - Pirmadienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1.2	1.3	10.5	1.6	0.8	59
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Vištenos kukuliai su pupelėmis ir daržovėmis (tausojantis)	P004	100/150	29.8	19.4	26.1	11.9	1.2	398
Virti brinkinti griekiai (tausojantis)	Gr018	180	7.9	2.0	43.7	3.7	0.0	224
Sviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	30	0.3	1.6	1.7	0.5	0.2	22
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.5	0.2	0.0	2
Iš viso:			43.2	25.3	119.2	22.5	2.7	877

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1.2	1.3	10.5	1.6	0.8	59
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Virti varškėčiai (tausojantis)	V014	250	26.9	14.9	37.0	2.3	0.3	390
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Sviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	150	1.6	8.0	8.5	2.5	0.8	112
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.5	0.2	0.0	2
Iš viso:			35.3	30.3	95.3	11.1	2.4	795
I variantas iš viso (dienos davinio):			43.2	25.3	119.2	22.5	2.7	877
II variantas iš viso (dienos davinio):			35.3	30.3	95.3	11.1	2.4	795



Dalia Filimonova
 Direktorė
 Dalia Filimonova



Direktorė
 Dalia Pukelienė

1 savaitė - Penktadienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			batymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Daržovių sriuba su makaronais (tausojančiais) (augalinis)	Sr023	150	2.6	1.6	13.1	1.7	0.6	77
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Orkaitėje kepti lašišų maltinukai (tausojančiais)	Ž019	70	20.8	16.3	0.1	0.0	0.2	230
Bulvių košė (tausojančiais)	Gr012	150	3.4	4.4	25.0	2.1	1.1	153
Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S010	125	1.3	6.5	11.7	3.8	0.7	110
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Pienas 2.5%		150	5.1	3.8	7.4	0.0	0.2	84
Iš viso:			37.1	33.6	96.6	12.6	3.3	837

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			batymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Daržovių sriuba su makaronais (tausojančiais) (augalinis)	Sr023	150	2.6	1.6	13.1	1.7	0.6	77
Virti pilno grūdo makaronai su troškinta smulkinta kalakutiena (tausojančiais)	M028	174/126	31.9	16.8	51.4	7.6	2.7	485
Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S010	150	1.6	7.8	14.0	4.5	0.8	133
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas citrinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.7	0.3	0.0	3
Iš viso:			36.5	26.7	92.2	16.0	4.1	755
I variantas iš viso (dienos davinio):			37.1	33.6	96.6	12.6	3.3	837
II variantas iš viso (dienos davinio):			36.5	26.7	92.2	16.0	4.1	755



Direktorė
Dalia Filimonova



Direktorė
Dalia Pukelienė

1 savaitė - Ketvirtadienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Rūgštyni sriuba (tausojančis) (augalinis)	Sr007	150	1.0	1.6	8.2	1.4	1.1	51
Viso grūdų ruginė duona		30	2.1	0.4	15.8	1.9	0.3	75
Vištienos troškynys su morkomis ir ž.žirneliais (tausojančis)	P008	85/65	31.3	15.5	5.9	2.0	0.7	288
Virti ryžiai (tausojančis) (augalinis)	Gr002	160	6.0	0.3	52.2	5.9	0.4	235
Iceberg salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	30/10/10/ 10/3	0.6	3.1	2.2	0.9	0.0	40
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas obuolių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.1	0.0	4
Iš viso:			41.4	21.3	98.3	14.1	2.5	751

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Rūgštyni sriuba (tausojančis) (augalinis)	Sr007	150	1.0	1.6	8.2	1.4	1.1	51
Viso grūdų ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Virtinukai su varškės įdaru (tausojančis)	M013.1	203/77	19.2	8.4	47.9	1.9	0.6	344
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Iceberg salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	79/26/26/26/8	1.5	8.3	5.7	2.2	0.1	105
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas obuolių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.1	0.0	4
Iš viso:			27.4	24.5	104.3	10.7	2.3	748
I variantas iš viso (dienos davinio):			41.4	21.3	98.3	14.1	2.5	751
II variantas iš viso (dienos davinio):			27.4	24.5	104.3	10.7	2.3	748



Direktorė
Dalia Filimonova



Direktorė
Dalia Pukelienė

1 savaitė - Trečiadienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150	2.1	2.3	16.0	3.2	1.1	93
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	K003	80	15.1	5.6	14.4	1.0	0.6	169
Virti brinkinti griekiai (tausojantis)	Gr018	180	7.9	2.0	43.7	3.7	0.0	224
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	130	3.0	9.6	8.3	2.9	1.0	132
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Kefyras 2.5 %	G009	150	5.1	3.8	7.4	0.0	0.2	84
Iš viso:			33.6	23.5	100.2	12.3	2.8	747

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150	2.1	2.3	16.0	3.2	1.1	93
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Pilno grūdo makaronai su sviestu ir varške (9%) (tausojantis)	M011	205/13/32	15.2	16.1	49.4	5.6	0.4	403
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	130	3.0	9.6	8.3	2.9	1.0	132
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas greitfrutų griežinėliais	G009	150	0.0	0.0	0.8	0.2	0.0	3
Iš viso:			24.3	29.1	113.9	16.9	3.0	814
I variantas iš viso (dienos davinio):			33.6	23.5	100.2	12.3	2.8	747
II variantas iš viso (dienos davinio):			24.3	29.1	113.9	16.9	3.0	814



Dalia Pukelienė



Direktorė
Dalia Filimonova

1 savaitė - Antradienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150	4.2	2.3	24.5	3.8	1.1	136
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	K004	83/137	35.2	19.8	13.6	4.6	0.8	374
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	180	5.8	1.1	44.7	4.3	0.9	212
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	35	0.5	1.4	2.2	0.8	0.2	23
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas kriaušių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	4
		Iš viso:	46.1	25.0	96.3	15.2	3.0	794

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150	4.2	2.3	24.5	3.8	1.1	136
Virtos pienoškos vištienos dešrelės (tausojantis)	P036	150	20.5	17.4	1.3	0.0	2.0	243
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	150	4.9	0.9	37.2	3.6	0.7	176
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	150	2.1	6.0	9.4	3.3	0.7	99
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas kriaušių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	4
		Iš viso:	32.0	26.9	83.8	12.4	4.6	705
		I variantas iš viso (dienos davinio):	46.1	25.0	96.3	15.2	3.0	794
		II variantas iš viso (dienos davinio):	32.0	26.9	83.8	12.4	4.6	705



Direktorė
Dalia Pukelienė

I savaitė - Pirmadienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1.2	1.3	10.5	1.6	0.8	59
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Vištenos kukuliai su pupelėmis ir daržovėmis (tausojantis)	P004	100/150	29.8	19.4	26.1	11.9	1.2	398
Virti brinkinti griekiai (tausojantis)	Gr018	180	7.9	2.0	43.7	3.7	0.0	224
Sviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	30	0.3	1.6	1.7	0.5	0.2	22
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.5	0.2	0.0	2
		Iš viso:	43.2	25.3	119.2	22.5	2.7	877

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1.2	1.3	10.5	1.6	0.8	59
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Virti varškėčiai (tausojantis)	V014	250	26.9	14.9	37.0	2.3	0.3	390
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Sviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	150	1.6	8.0	8.5	2.5	0.8	112
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.5	0.2	0.0	2
		Iš viso:	35.3	30.3	95.3	11.1	2.4	795
		I variantas iš viso (dienos davinio):	43.2	25.3	119.2	22.5	2.7	877
		II variantas iš viso (dienos davinio):	35.3	30.3	95.3	11.1	2.4	795



Dalia Filimonova
 UAB "ORDEN" · Direktoriė ·
 Dalia Filimonova



Direktorė
 Dalia Pukelienė
Dalia Pukelienė