

UAB „ORDEN“

Darbininkų g. 12 , Praulių k., Šilų sen., Jonavos raj.

TAURAGĖS „VERSMĖS“ GIMNAZIJA

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų, socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas pavadinimas adresas)

15 DIENŲ MOKAMŲ PIETŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 m. ir vyresni

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Istaigos darbo laikas

Nuo 8⁰⁰ iki 15⁰⁰ val.

UAB „ORDEN“

Darbininkų g. 12, Praulių k., Šilų sen., Jonavos raj.

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų, socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas pavadinimas adresas)

15 DIENŲ MOKAMŲ PIETŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Istaigos darbo laikas

Nuo 8.00 iki 13.00 val.

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Brokolių ir žaliųjų žirnių sriuba su juodaisiais lešiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	5,0	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Orkaitėje troškinta vištienos file su daržovėmis (T)	Se-P5	60/60	22,1	4,6	3,2	0,9	142
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	130	4,6	4,2	28,2	2,9	169
Pekininio kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	125	1,3	7,2	4,0	1,5	86
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,6	18,8	73,0	13,4	600-

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Brokolių ir žaliųjų žirnių sriuba su juodaisiais lešiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	5,0	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Konvekinėje krosnyje kepti varškės paplotėliai su bananais ir aguonomis (T)	Se-V2	129/15/6	21,4	18,4	22,7	2,9	342
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	16
Šviežios, traškios morkytės (A)	Se-D36	90	0,5	0,3	7,1	2,7	33
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,5	22,4	68,6	13,8	594

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Brokolių ir žaliųjų žirnių sriuba su juodaisiais lešiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	5,0	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Bulgur kruopų troškiny (T), (A)	Se-Kr36	200	7,3	5,2	46,7	6,1	263
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	100	0,9	9,4	7,9	2,7	120
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			14,8	17,5	92,2	17,0	586
Iš viso (dienos davinio):			34,6	18,8	73,0	13,4	600
Iš viso (dienos davinio):			29,5	22,4	68,6	13,8	594
Iš viso (dienos davinio):			14,8	17,5	92,2	17,0	586

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	11 m. ir vyr. 2,5	11 m. ir vyr. 5,0	11 m. ir vyr. 10,4	11 m. ir vyr. 3,9	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Troškinta jautienos nugarinė (T)	Se-J4	100	33,3	13,7	12,5	2,3	0,3	307
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	100	2,3	2,9	16,7	1,4	0,7	102
Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapais (A)	Se-S20	100	0,9	2,2	2,7	1,0	0,3	34
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	40,8	24,5	65,8	11,8	2,4	647

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	11 m. ir vyr. 2,5	11 m. ir vyr. 5,0	11 m. ir vyr. 10,4	11 m. ir vyr. 3,9	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvekciniėje krosnyje kepti varškės paplotėliai su cukinijomis (T)	Se-V5	126/54	29,9	26,5	31,6	4,4	0,5	485
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	0,0	16
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	105	0,8	0,2	2,4	0,7	0,0	15
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	36,1	33,2	69,2	12,2	1,6	719

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	11 m. ir vyr. 2,5	11 m. ir vyr. 5,0	11 m. ir vyr. 10,4	11 m. ir vyr. 3,9	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Lėšų makaronai su daržovėmis (smidrais, paprikomis, pomidorais, cukinijomis) (T), (A)	Se-Kr56	131/49	20,6	21,1	42,3	17,0	0,5	441
Švieži salotų lapai ir pjaustyti vyšniniai pomidorukai apšlakstyti nerafinuotu aliejumi užpilu (A)	Se-S24	90	1,0	9,1	2,7	1,3	0,0	96
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	25,9	35,8	78,8	25,3	1,6	741
		Iš viso (dienos davinio):	40,8	24,5	65,8	11,8	2,4	647
		Iš viso (dienos davinio):	36,1	33,2	69,2	12,2	1,6	719
		Iš viso (dienos davinio):	25,9	35,8	78,8	25,3	1,6	741

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	11 m. ir vyr. 1,9	11 m. ir vyr. 3,4	11 m. ir vyr. 11	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Garuose kepti kalakutienos file muštinkai su špinatais (T)	Se-P10	84/16	28,8	8,5	2,0	0,9	0,5	200
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	0,8	0,4	155
Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)	Se-S7.1	110	1,2	3,1	9,2	2,1	0,4	69
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			39,1	15,9	83,8	8,8	2,4	635

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	11 m. ir vyr. 1,9	11 m. ir vyr. 3,4	11 m. ir vyr. 11	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Virti varškėčiai su ryžių miltais praturtinti grikių sėlenomis (T)	Se-V7	175/5	27,5	15,5	55,4	1,2	0,3	471
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Garuose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	110	2,1	4,1	6,6	1,5	0,4	71
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			34,6	24,7	103,5	7,6	1,7	774

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	11 m. ir vyr. 1,9	11 m. ir vyr. 3,4	11 m. ir vyr. 11	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Morkų blynėliai su avių gėrimu (T), (A)	Se-M8.1	200	12,2	5,9	90,9	5,7	0,8	465
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	0,8	0,0	31
Piaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	120	1,0	0,2	2,8	0,8	0,0	17
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			17,1	10,4	140,4	12,2	1,9	724
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			39,1	15,9	83,8	8,8	2,4	635
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			34,6	24,7	103,5	7,6	1,7	774
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			17,1	10,4	140,4	12,2	1,9	724

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	1,8	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai su trintais pomidorais (T)	Se-K1	60/40	15,6	5,5	6,4	2,1	137
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	140	6,2	1,5	34,0	2,9	174
Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	120	1,9	7,6	11,1	3,3	120
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:		26,9	17,7	83,6	13,3	3,5	601

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	1,8	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Konvekciniėje krosnyje keptas varškės apkepamas su bananais ir šilauogėmis (T)	Se-V9	98/38/14	18,1	16,1	19,3	5,0	294
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	16
Konvekciniėje krosnyje keptos morkytės (T), (A)	Se-D3	90	1,3	11,8	10,3	3,6	153
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:		23,5	31,7	63,1	13,5	1,8	632

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	1,8	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Orkaitėje kepti raudonųjų lęšių ir morkų paplotėliai (T), (A)	Se-Kr35	119/21	13,6	10,2	36,6	6,5	293
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas		40	0,3	1,5	2,6	0,0	25
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	90	0,7	7,7	3,1	1,1	85
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:		17,8	22,5	74,5	12,5	1,8	572
-I kompleksas Iš viso (dienos davinio):		26,9	17,7	83,6	13,3	3,5	601
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):		23,5	31,7	63,1	13,5	1,8	632
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):		17,8	22,5	74,5	12,5	1,8	572

Direktorė
Dalia Filimonova

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	11 m. ir vyr. 1,0	11 m. ir vyr. 1,6	11 m. ir vyr. 7,3	11 m. ir vyr. 1,5	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 48
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	1,9	0,3	75
Garuose kepta lydekos file (T)	Se-Z4	100	25,7	3,3	0,4	0,2	0,7	134
Virtos sūrų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	160	5,7	1,5	37,1	1,7	0,7	185
Kalioropių salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	130	1,9	4,3	7,1	2,5	0,5	74
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	36,8	11,5	80,7	9,6	3,0	574

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	11 m. ir vyr. 1,0	11 m. ir vyr. 1,6	11 m. ir vyr. 7,3	11 m. ir vyr. 1,5	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Virti varškės ir moliūgų virtinukai (T)	Se-V11	136/34	20,8	11,5	24,5	0,9	0,5	285
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	0,0	0,0	117
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	105	1,0	9,9	8,3	2,9	0,2	126
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	25,6	35,7	65,0	8,4	1,8	683

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	11 m. ir vyr. 1,0	11 m. ir vyr. 1,6	11 m. ir vyr. 7,3	11 m. ir vyr. 1,5	11 m. ir vyr. 0,8	11 m. ir vyr. 48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Avinžirnių ir moliūgų apkepamas (T), (A)	Se-D14	180/120	21,0	8,7	50,8	1,0	0,6	365
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas		60	0,4	2,2	3,8	0,0	0,0	37
Švieži vynuoginiai pomidorai (A)	Se-D22	180	1,4	0,5	6,3	2,5	0,0	36
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	25,7	13,7	91,9	8,2	1,6	594
		Iš viso (dienos davinio):	36,8	11,5	80,7	9,6	3,0	574
		II kompleksas iš viso (dienos davinio):	25,6	35,7	65,0	8,4	1,8	683
		III kompleksas iš viso (dienos davinio):	25,7	13,7	91,9	8,2	1,6	594

* "ORDEN" "D" Direktorė Dalia Pukelienė
* RESPUB Dalia Filimonova

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	14,6	4,3	86
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Keptuvėje kepti kapotos kalakutienos kepsniukai	Se-P12	100	19,3	10,0	5,0	0,5	187
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	0,8	155
Sviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	110	3,3	17,3	6,5	4,2	195
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,0	29,5	82,4	13,0	731

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	14,6	4,3	86
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su ryžių miltais ir bananais (T)	Se-V10	84/30/36	21,5	17,3	38,6	1,0	396
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,0	16
Sviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	90	0,7	7,7	3,1	1,1	85
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,2	27,7	81,0	9,5	690

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	14,6	4,3	86
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	50
Keptuvėje kepti avižinių dribsnių ir bolivinių balandų blynėliai su obuoliais ir bananais (T), (A)	Se-Kr11.1	125/33/40/22	10,6	7,2	61,4	7,3	353
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	0,8	31
Sviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	130	1,1	11,2	4,5	1,5	123
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			17,9	20,4	111,1	17,1	700
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			34,0	29,5	82,4	13,0	731
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			29,2	27,7	81,0	9,5	690
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			17,9	20,4	111,1	17,1	700

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	11 m. ir vyr. 1,4	11 m. ir vyr. 4,1	11 m. ir vyr. 3,9	11 m. ir vyr. 1,3	11 m. ir vyr. 0,2	58
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti maltos kiaulienos kukuliai su sorų kruopomis ir čiobreliais (T)	Se-K3	108/12	31,2	8,1	5,2	0,4	0,6	219
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	120	2,7	3,5	20,0	1,7	0,9	123
Morkų, obuolių ir salierų salotos su saulėgrąžomis (A)	Se-S15	120	1,6	1,6	10,8	3,0	0,5	64
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			38,7	18,0	63,5	9,6	2,4	571

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su batatais (T)	Se-V12	85/45	29,0	30,4	26,9	27,5	0,4	497
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Garuose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	85	1,6	3,2	5,1	1,2	0,3	55
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			35,1	39,3	61,2	33,1	1,2	739

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvecinėje krosnyje kepti brinkintų grikių ir cukinijų kotletukai (T), (A)	Se-Kr23	157/23	10,2	8,1	59,1	3,3	0,2	351
Ve ganiškas natūralus kokosų jogurtas		40	0,3	1,5	2,6	0,0	0,0	25
Svižios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	110	1,0	10,4	8,7	3,0	0,2	132
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			14,7	24,7	97,9	10,8	0,9	673
I kompleksas iš viso (dienos davinto):			38,7	18,0	63,5	9,6	2,4	571
II kompleksas iš viso (dienos davinto):			35,1	39,3	61,2	33,1	1,2	739
III kompleksas iš viso (dienos davinto):			14,7	24,7	97,9	10,8	0,9	673

I kompleksas Pietūs

Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Špinatų sriuba (T), (A)	150	1,3	1,5	7,9	1,3	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Viso grūdo ruginė duona	20	1,4	0,3	10,5	1,2	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Vištenos šlaunelių mėsa troškinta grietinėlėje (T)	135/15	29,2	16,3	2,7	0,5	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Pastarnokų košė (T)	150	2,2	2,7	23,9	6,3	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	150	2,3	2,9	10,6	3,2	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	1,9	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Iš viso:		36,8	24,2	68,6	14,4		639

II kompleksas Pietūs

Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Špinatų sriuba (T), (A)	150	1,3	1,5	7,9	1,3	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Viso grūdo ruginė duona	20	1,4	0,3	10,5	1,2	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Orkaitėje keptas varškės apkepas su vyšniomis ir silauogėmis (T)	133/19/8	19,9	28,2	23,2	5,3	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Natūralus jogurtas 2,5%	40	1,3	1,0	1,7	0,0	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Piaustytų švieži agurkai (A)	100	0,8	0,2	2,3	0,7	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	1,9	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Iš viso:		25,1	31,6	58,6	10,5		619

III kompleksas Pietūs

Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Špinatų sriuba (T), (A)	150	1,3	1,5	7,9	1,3	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Viso grūdo ruginė duona	20	1,4	0,3	10,5	1,2	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Virtu ryžių makaronai (su bolivinėmis balandomis ir burnočiais) su pomidorais, špinatais ir ciberžole (T), (A)	132/68	6,7	7,7	59,4	2,4	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Orkaitėje kepti burokėliai (T), (A)	100	2,1	10,2	12,4	3,0	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	1,9	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Iš viso:		11,9	20,1	103,2	9,9		641
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):		36,8	24,2	68,6	14,4		639
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):		25,1	31,6	58,6	10,5		619
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):		11,9	20,1	103,2	9,9		641

Direktorė
Dalia Filimonova

"ORDEN"
"D" Dalia Filimonova
REPUBLIKOS LIETUVOS

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)	Se-Sr23	150	11 m. ir vyr. 3,7	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 15,3	11 m. ir vyr. 2,8	11 m. ir vyr. 0,3	11 m. ir vyr. 95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Garuose kepti veršienos kukuliai (T)	Se-J5	130	20,1	8,2	7,7	1,9	0,5	185
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	160	7,1	1,7	38,8	3,3	0,0	199
Garuose keptos sezoninės daržovės (morkos, pomidorai, salierai, paprikos, brokoliai, cukinijos) (T), (A)	Se-D10	145	2,7	4,4	11,8	4,4	0,1	97
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			35,3	17,1	97,1	15,5	1,2	684

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)	Se-Sr23	150	11 m. ir vyr. 3,7	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 15,3	11 m. ir vyr. 2,8	11 m. ir vyr. 0,3	11 m. ir vyr. 95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaiteje kepti varškės ir pieno grūdo kapotų avižinių kruopų paplotėliai su bananais (T)	Se-V19	153/27	25,8	21,9	33,8	5,5	0,2	436
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Šviežių morkų lazdelės (A)	Se-D27	110	1,1	0,2	9,6	3,3	0,3	45
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			33,8	26,0	83,8	14,7	1,0	704

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)	Se-Sr23	150	11 m. ir vyr. 3,7	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 15,3	11 m. ir vyr. 2,8	11 m. ir vyr. 0,3	11 m. ir vyr. 95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Avižninių troškiny su daržovėmis (pomidorais, paprikomis, morkomis) (T), (A)	Se-D6	196/84	16,2	10,5	37,4	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	2,2	0,8	145
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			25,0	25,2	82,4	18,4	1,6	657
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			35,3	17,1	97,1	15,5	1,2	684
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			33,8	26,0	83,8	14,7	1,0	704
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			25,0	25,2	82,4	18,4	1,6	657

I kompleksas Pietūs val.

Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	2,7	0,8	113
	20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Se-Ž7	86/4	21,2	14,4	0,6	0,3	0,2	217
Se-D12	150	3,8	1,2	34,8	4,6	0,1	165
Se-S20	120	1,0	2,7	3,2	1,2	0,4	41
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:		30,6	21,4	82,2	11,9	1,7	644

II kompleksas Pietūs val.

Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	2,7	0,8	113
	20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Se-V15	105/30/15	23,1	18,7	32,8	1,6	0,2	392
Natūralus jogurtas 2,5%	30	1,0	0,8	1,3	0,0	0,0	16
Švieži vyšniniai pomidorukai (A)	90	0,7	0,3	3,2	1,3	0,0	18
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:		29,4	22,9	80,8	8,7	1,3	647

III kompleksas Pietūs val.

Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	2,7	0,8	113
	20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Se-M10.1	130/18/32	4,7	12,3	55,5	4,3	0,2	352
Sezoniniai vaisiai	40	0,3	1,5	2,6	0,0	0,0	25
Se-S1.2	110	0,9	9,4	3,8	1,3	0,5	104
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:		10,5	26,4	105,4	11,4	1,7	702
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):		30,6	21,4	82,2	11,9	1,7	644
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):		29,4	22,9	80,8	8,7	1,3	647
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):		10,5	26,4	105,4	11,4	1,7	702

Sezoniniai vaisiai

Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)

Daria Pukelienė

Dalia Filimonovaitė

UAB "Dalia Pukelienė"

I kompleksas Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	11 m. ir vyr. 1,9	11 m. ir vyr. 2,4	11 m. ir vyr. 15,7	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 0,9	11 m. ir vyr. 92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti triušienos maitinukai su žalumynais (T)	Se-P17	96/4	20,5	12,1	2,7	0,6	0,5	202
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	150	6,8	0,3	41,0	1,1	0,5	194
Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	125	2,0	7,9	11,5	3,5	1,0	125
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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	10,4	3,1	721

II kompleksas Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	11 m. ir vyr. 1,9	11 m. ir vyr. 2,4	11 m. ir vyr. 15,7	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 0,9	11 m. ir vyr. 92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Varškės ir cukinijų paplotėliai su spelta miltais (T)	Se-V17	123/66/31	24,5	27,9	29,1	2,9	1,5	466
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Pjaustyti pomidorai (A)	Se-D19	130	1,3	0,3	5,3	2,1	0,0	29
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	29,5	31,3	73,7	10,3	2,7	694

III kompleksas Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	11 m. ir vyr. 1,9	11 m. ir vyr. 2,4	11 m. ir vyr. 15,7	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 0,9	11 m. ir vyr. 92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Virti pilno grūdo makaronai su avokadais ir špinatais (T), (A)	Se-M22	187/22/11	12,6	8,5	72,6	8,7	0,8	417
Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A)	Se-S1.1	110	1,2	4,4	3,6	1,5	0,2	59
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	17,4	16,1	115,4	15,6	2,1	676
		Iš viso (dienos davinio):	32,9	23,5	94,5	10,4	3,1	721
		Iš viso (dienos davinio):	29,5	31,3	73,7	10,3	2,7	694
		Iš viso (dienos davinio):	17,4	16,1	115,4	15,6	2,1	676

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	11 m. ir vyr. 5,4	11 m. ir vyr. 2,1	11 m. ir vyr. 12,9	11 m. ir vyr. 3,6	11 m. ir vyr. 0,1	11 m. ir vyr. 93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	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	1,8	0,9	176
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	140	4,9	1,4	32,4	1,5	0,6	162
Pekininio kopūsto salotos su kukurūzais (A)	Se-S30	120	2,1	2,8	12,1	1,7	0,6	82
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	33,4	15,8	86,0	11,8	2,4	620

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	11 m. ir vyr. 5,4	11 m. ir vyr. 2,1	11 m. ir vyr. 12,9	11 m. ir vyr. 3,6	11 m. ir vyr. 0,1	11 m. ir vyr. 93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Konvekinėje krosnyje kepti varškėčiai su obuoliais (T)	Se-V16	138/12	25,7	18,3	38,0	4,4	0,8	420
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Pjaustyti švieži a gurkai (A)	Se-D20	95	0,8	0,2	2,2	0,7	0,0	13
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	35,0	22,3	78,3	11,8	1,2	654

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	11 m. ir vyr. 5,4	11 m. ir vyr. 2,1	11 m. ir vyr. 12,9	11 m. ir vyr. 3,6	11 m. ir vyr. 0,1	11 m. ir vyr. 93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Keptuvinėje kepti kukurūzų miltų blynai su kokosų gerimu, bananais ir kriaušėmis (A)	Se-M12	67/35/24/14	4,5	13,4	43,2	3,4	0,0	312
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	0,8	0,0	31
Sviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alvyuočių aliejumi (T), (A)	Se-D23	90	0,8	8,5	7,1	2,5	0,2	108
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	12,8	24,9	93,9	13,5	0,6	651
		Iš viso (dienos davinio):	33,4	15,8	86,0	11,8	2,4	620
		Iš viso (dienos davinio):	35,0	22,3	78,3	11,8	1,2	654
		Iš viso (dienos davinio):	12,8	24,9	93,9	13,5	0,6	651

*ORDEN "Dalia Pukelienė" REŠPUB. VILNIAUS M. SAV. VAIKŲ MOKYKLAI
 Direktorė Dalia Pukelienė
 Seimas

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Saldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	11 m. ir vyr. 2,1	11 m. ir vyr. 1,3	11 m. ir vyr. 10,0	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 60
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2
Konvekinėje krosnyje kepti vištienos ir grikių kotletukai (T)	Se-P3	86/64	32,0	6,7	21,1	1,9	0,3
Žiedinių kopūstų piure (T), (A)	Se-Gr10	100	2,9	4,3	6,1	2,3	0,5
Kaliaropių salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	125	1,8	4,1	6,8	2,4	0,5
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			40,6	17,1	67,5	11,6	2,3

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Saldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	11 m. ir vyr. 2,1	11 m. ir vyr. 1,3	11 m. ir vyr. 10,0	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 60
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2
Orkaitėje keptas varškės apkepamas su mėlynėmis (T)	Se-V3	140/60	26,2	15,8	23,4	3,2	0,3
Natūralus jogurtas 2,5%		50	1,7	1,3	2,1	0,0	0,1
Garuose ankeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	125	2,4	4,6	7,5	1,7	0,4
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			34,1	23,6	66,5	9,9	1,7

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	
Saldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	11 m. ir vyr. 2,1	11 m. ir vyr. 1,3	11 m. ir vyr. 10,0	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 60
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	1,9	0,3
Troškintos šparaginės pupelės su morkomis ir trintais pomidorais (T), (A)	Se-D42	150	4,5	4,1	15,7	6,5	0,7
Garuose keptos bulvytės su rozmarinai (T), (A)	Se-D12	120	3,1	0,9	27,9	3,7	0,1
Sviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	135	4,1	21,3	7,9	5,1	0,1
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	1,9	0,0
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			16,3	28,3	90,3	20,8	2,0
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			40,6	17,1	67,5	11,6	2,3
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			34,1	23,6	66,5	9,9	1,7
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			16,3	28,3	90,3	20,8	2,0

I kompleksas Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	11 m. ir vyr. 1,7	11 m. ir vyr. 2,8	11 m. ir vyr. 11,2	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 0,3	11 m. ir vyr. 77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Kiaulienos troškiny su pupelėmis (T)	Se-K7	90/60	21,8	5,2	19,8	4,7	0,8	213
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	120	5,3	1,3	29,1	2,5	0,0	149
Keptų cukinijų, žirmelių ir mėtų salotos (T), (A)	Se-S10	135	4,8	2,2	12,9	5,2	0,8	91
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	35,4	12,2	96,5	17,7	2,1	637

II kompleksas Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	11 m. ir vyr. 1,7	11 m. ir vyr. 2,8	11 m. ir vyr. 11,2	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 0,3	11 m. ir vyr. 77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su špinatais (T)	Se-V13	143/7	26,4	20,4	26,6	1,6	0,8	395
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Šviežios, traškios morkytės (A)	Se-D36	95	5,7	2,5	2,9	0,3	0,1	57
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	36,9	27,4	65,9	7,3	1,4	657

III kompleksas Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g					Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g	druska, g	
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	11 m. ir vyr. 1,7	11 m. ir vyr. 2,8	11 m. ir vyr. 11,2	11 m. ir vyr. 2,2	11 m. ir vyr. 0,3	11 m. ir vyr. 77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Lęšių makaronai su troškintų daržovių padažu (T), (A)	Se-Kr26	104/96	20,2	12,8	43,5	18,5	0,5	370
Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A)	Se-S1.1	100	1,0	4,0	3,3	1,4	0,2	53
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:	24,8	20,3	81,5	25,3	1,2	608
		Iš viso (dienos davinio):	35,4	12,2	96,5	17,7	2,1	637
		II kompleksas Iš viso (dienos davinio):	36,9	27,4	65,9	7,3	1,4	657
		III kompleksas Iš viso (dienos davinio):	24,8	20,3	81,5	25,3	1,2	608

Direktoriė
Dalia Filimonavičiūtė

I kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Raudonųjų įešių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	11 m. ir vyr. 3,3	11 m. ir vyr. 0,2	11 m. ir vyr. 10,6	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 0,5	11 m. ir vyr. 57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Garuose kepta menkės file (T)	Se-Ž3	110	27,1	2,1	0,5	0,2	0,3	130
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	150	4,2	3,9	26,0	2,6	0,0	156
Sviežių morkų ir kopūstų salotos su sezamų sėklomis ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-SZ3	130	2,7	12,3	8,8	4,2	4,0	156
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			39,1	19,2	69,4	12,1	5,0	607

II kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Raudonųjų įešių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	11 m. ir vyr. 3,3	11 m. ir vyr. 0,2	11 m. ir vyr. 10,6	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 0,5	11 m. ir vyr. 57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su varške be laktozės (9 % rieb.), kukurūzų miltais ir bananais (T)	Se-V14	105/30/15	24,2	18,7	31,0	1,6	0,2	390
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,0	0,0	21
Sviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu alyvuogių aliejiaus užpilu (A)	Se-S1.2	95	0,8	8,2	3,3	1,1	0,4	90
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			31,5	28,8	70,0	7,7	1,4	665

III kompleksas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	skaidulinės medžiagos, g		druska, g
Raudonųjų įešių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	11 m. ir vyr. 3,3	11 m. ir vyr. 0,2	11 m. ir vyr. 10,6	11 m. ir vyr. 1,8	11 m. ir vyr. 0,5	11 m. ir vyr. 57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti bulgur kruopų ir pupelių rutuliukai (T), (A)	Se-Kr37	108/72	14,1	6,7	53,7	8,0	0,3	331
Pastarnokų padažas (8,5 % rieb.) (T), (A)	Se-Pa5	40	0,3	3,4	4,3	1,2	0,1	49
Sviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos su sezamų ir moliūgų sėklomis (A)	Se-S7	110	2,6	5,7	9,4	2,9	0,4	100
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	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:			22,2	16,7	101,5	17,0	1,5	645
I kompleksas Iš viso (dienos davinio):			39,1	19,2	69,4	12,1	5,0	607
II kompleksas Iš viso (dienos davinio):			31,5	28,8	70,0	7,7	1,4	665
III kompleksas Iš viso (dienos davinio):			22,2	16,7	101,5	17,0	1,5	645