

Tvirtinu: Įsak. Nr. VI-57, 2026-08-31

Direktorė

Rasa Baltutienė

20 DIENŲ VALGIARAŠČIAI

2026-2027M.

3-7M. VAIKŲ AMŽIAUS GR.

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7⁰⁰ iki 18⁰⁰ val.



1 savaitė

Pirmadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Manų košė su cinamonu T	K-5	200	40,50	6,90	42,06	266,09
Grikių trapiukai	SM-30	20	1,40	0,20	15,60	70,40
Arbata	G-6	180				
		Iš viso:	41,90	7,10	57,66	336,49

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pomidorų ir lęšių sriuba, duona A	S-11	150/20	5,80	8,87	20,00	218,20
Kiaulienos pjausnys T	II-14	70	15,11	22,99	4,31	279,13
Bulves A	II-12a	90	1,80	0,09	16,47	72,90
Burokėlių salotos	SL-6b.	30	0,73	0,05	4,86	18,98
Kopūstų salotos	SL-4	30	0,9775	5,096	6,5717	76,71
		Iš viso:	24,42	37,09	52,21	665,91

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	180	0,60	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Makaronai su daržovėmis, dešra T	K-14	180	12,16	16,16	49,22	394,46
Agurkai A	G 2	45	0,53	2,53	2,60	28,90
Arbata	G-6	180				
Iš viso:			12,69	18,69	51,82	423,36
Iš viso dienos davinio:			79,61	63,03	176,39	1493,25

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



1 savaitė

Antradienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai g	
Omletas	M-4	100	20,00	15,20	4,83	204,46
Duona su sviestu	SM-25	30	2,03	5,24	15,57	132,96
Agurkai	SL-17	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Arbata	G-1	180	0,00	0,00	2,994	11,85
		Iš viso:	22,15	20,52	24,31	353,67

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Kaimiška bulvienė su kruopomis, duonaT	S-6/3	150/20	3,28	7,60	26,24	171,71
Sterko maltinis, padažas	II-21	70/20	17,57	17,07	6,01	226,79
Makaronai T	K-18	80	4,32	0,12	30,32	143,60
Morkų salotosA	SL-11	40	0,53	4,1	4,52	51,79
Burokėlių salotos A	SL-6	40	0,90	4,05	5,82	58,04
		Iš viso:	26,60	32,94	72,91	651,93

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai g	
Bananai	V-1	190	2,28	0,57	43,89	184,30

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Ryžių, daržovių trošk. su paukštiena T	T-4/1	180	14,40	11,71	41,77	333,14
Arbata	G-1	180	0,00	0,00	2,994	11,85
Iš viso:			14,40	11,71	44,77	344,99
Iš viso dienos davinio:			43,28	45,21	164,56	1534,89

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



1 savaitė

Trečiadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Miežinė košė T	K-8	200	8,78	9,04	38,03	255,65
Duonos lazdelė	SM-29	20	5,40	4,20	0,32	60,40
Arbata	G-6	180				
		Iš viso:	14,18	13,24	38,35	316,05

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pertrinta ž.žirnelių sriuba, skrebučiai T	S-1	150/6/15	5,55	7,07	27,75	223,89
Kalakutienos pjautinė	II-14/4	70	19,19	23,39	5,27	327,28
Bulvių košė	II-12	90	16,85	0,71	15,87	78,80
Burokėlių, obuolių sal.	SL-6b	30	0,59	2,44	4,21	37,84
Agurkai A	SL-20	45	0,14	0,09	1,04	4,95
Iš viso:			42,31	33,69	54,13	672,76

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Bananai	V-1	150	1,92	0,48	36,96	155,20

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Varškės ryžių apkepas	M-3	170	29,90	16,08	47,60	375,00
Trintos uogos	U-6	30	0,36	1,80	6,83	26,25
Arbata	G-6	180				
Iš viso:			30,26	17,88	54,43	401,25
Iš viso dienos davinio:			88,67	65,29	183,88	1545,26

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



1 savaitė

Ketvirtadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Kukurūzų košė T	K-7	200	5,94	8,85	16,833	164,915
Grietinės padažas	PD-7	20	0,48	6,00	8,60	90,20
Arbata	G-6	180				
		Iš viso:	1,80	0,80	3,34	255,12

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Barščiai su pupelėmis T	S-17	150/20	4,29	7,24	28,29	184,96
Kiaulienos nugarinės kepsnys T	II-14/1	65/20	14,88	50,40	9,97	538,05
Grikių	II-12a	90,00	5,04	1,24	27,72	139,6
Kopūstų salotos A	SL-2a	30	0,50	3,58	2,63	36,78
Kukurūzai	SI-23	25	0,73	0,15	5,50	25,75
Pomidorai	SL-16	45	1,14	4,99	6,17	41,23
		Iš viso:	26,57	67,60	80,28	671,21

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	180	0,60	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Vafeliniai sklandžiai	M-10	130	11,65	10,08	77,59	429,59
Trintos šviežios uogos T	VU-5	20	0,24	1,20	4,56	15,50
Pienas	G-4	180				
Iš viso:			11,63	16,30	77,46	493,81
Iš viso dienos davinio:			40,61	84,85	175,78	1487,64

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis

Direktorė
Rasa Baltutienė

1 savaitė

Penktadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pertrinta varškė T	M-2	80	18,16	10,35	14,67	181,62
Trintos šviežios uogos	U-1	30	0,36	0,16	7,87	32,20
Pyragas	SM-28	25	3,38	0,63	17,38	123,50
Kakavos gėrimas	G-1	180	2,73	2,17	10,25	60,86
		Iš viso:	24,63	13,30	50,17	398,18

Pietūs 12.30-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pupelių sriuba, duonaBarščiai su pupelėmis, v/g ruginė duona T	S-14a	150/6/20	1,96	7,24	28,29	184,96
Bulvių plokštainis su paukštiena (netausojantis)	II-4	180	16,02	23,35	31,77	397,45
Grietinės padažas	P- 1	20	0,36	4,50	0,47	43,95
Kefyras 2,5%	G-5	180	6,12	4,50	8,82	108,00
		Iš viso:	24,46	39,59	69,35	734,36

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	180	0,60	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 16.30-17.00val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Daržovių troškiny	T-1	220	4,68	8,20	35,71	224,66
Duona su sviestu, agurku	SM-3	45	2,02	4,55	16,32	89,15
Arbata	G-1	180				
Iš viso:			6,70	12,75	52,03	313,81
Iš viso dienos davinio:			56,38	65,79	186,24	1513,85



2 savaitė

Pirmadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Miežinė košė su sviestu, sviestu T	K-8	200	8,78	9,04	38,03	255,65
Sūrio lazdelė	SM-29	20	5,40	4,20	0,32	60,40
Kakavos gėrimas	G-1	180	2,73	2,17	10,25	60,86
		Iš viso:	14,18	13,24	38,35	376,85

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Špinatų sriuba, T duona	S-4/2	150/9/20	5,72	8,67	26,59	185,56
Maltinis su daržovėmis ir ryžiais T	II-5	70/20	15,53	13,43	7,19	204,79
Bulvių košė	II-14	90	16,85	0,71	15,87	78,80
Morkų sal. su kukurūzais A	SL-13	45	0,71	2,08	5,76	41,19
Agurkai A	SL-20	45	0,135	0,09	1,035	4,95
		Iš viso:	38,94	24,97	56,44	515,29

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Bananai	V-1	190	2,28	0,57	43,89	184,30

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pieniška dešrelė	M-13	75	5,18	20,48	0,68	207,00
Agurkai A	SL-20	45	0,14	0,09	1,08	5,17
V/g ruginė duona s	SM-24	30	2,03	5,24	15,57	132,96
Arbata	G-6	150	0,00	0,00	2,99	11,85
Iš viso:			7,34	25,81	20,32	356,98
Iš viso dienos davinio:			62,75	64,60	159,00	1493,98

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis

Tvirtinu: Įsak. Nr. VI-57, 2026-08-31
 Direktorė
 Rasa Baltutienė



2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Avižinių dribsnių košė T	K1	200	7,58	8,64	28,18	214,55
Sūrio lazdelė	S-29	20	5,40	4,20	0,32	60,40
Arbata	G-65	180				
		Iš viso:	12,98	12,84	28,50	274,95

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Kaimiška bulvienė su kruopomis, duona T	S-6/3	150/20	3,28	7,60	26,24	171,71
Sterko maltinis, T	A-11	70	14,04	19,43	6,07	200,60
Ryžiai	K -16	90,0	3,72	1,91	30,89	145,76
Pomidorai	SL-17,20	45	0,45	0,09	1,85	7,65
Burokėlių salotos A	S-6	45	0,90	4,05	5,82	58,04
		Iš viso:	22,39	33,08	70,87	583,76

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	180	0,80	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 17.20-17.00val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Varškės kubeliai T	M-5	170	26,91	16,36	62,65	488,35
Grietinės padažas	PD-7	20	0,48	6,00	8,60	90,20
Arbata	G-1	180				
Iš viso:			27,39	22,36	71,26	578,55
Iš viso dienos davinio:			63,56	68,43	185,33	1504,76

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis

2 savaitė
Trečiadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Omletas	M-4	100	20,00	15,20	4,83	204,46
Duona su sviestu	SM-23	25	2,02	6,08	13,02	113,64
Agurkai	SL-17	40	0,12	0,08	0,92	4,4
Arbata	G-1	180				

Iš viso: 22,15 20,52 24,31 353,67**Pietūs 12.00-13.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pertrinta žalių žirnelių sr., skrebučiai	S-1	150/15	4,52	8,11	21,78	225,71
Paukštienos kukuliai, padažas	II-1a	70/20	14,86	14,86	2,72	196,25
Griekiai su daržovėmisA	K-24	80,0	5,04	1,24	27,72	123,6
Burokėlių salotos	SL-6a	45	0,66	2,44	4,39	38,34
Agurkai	SL-20	45	0,12	0,08	0,92	4,4
		Iš viso:	25,20	26,72	57,53	588,30

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Arbūzai	V-5	200	1,20	0,72	16,68	67,20

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Belgiški vafiliai	M-2	150	13,88	23,76	92,15	627,07
Trintos šviežios uogos T	VU-5	30	0,36	1,80	6,83	23,25
Arbata	G-4					
Iš viso:			14,24	25,56	98,98	650,32
Iš viso dienos davinio:		Iš viso:	40,63	53,00	173,19	1537,17

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis

2 savaitė

Trečiadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išseiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Omletas	M-4	100	20,00	15,20	4,83	204,46
Duona su sviestu	SM-23	25	2,02	6,08	13,02	113,64
Agurkai	SL-17	40	0,12	0,08	0,92	4,4
Arbata	G-1	180				

Iš viso: 22,15 20,52 24,31 353,67**Pietūs 12.00-13.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išseiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pertrinta žalių žirnelių sr., skrebučiai	S-1	150/15	4,52	8,11	21,78	225,71
Kiaulienos kukuliai	II-14/2	70	14,86	14,86	2,72	196,25
Grikliai su daržovėmis A	K-24	80,0	5,04	1,24	27,72	123,6
Burokėlių salotos	SL-6a	45	0,66	2,44	4,39	38,34
Agurkai	SL-20	45	0,12	0,08	0,92	4,4
		Iš viso:	25,20	26,72	57,53	588,30

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išseiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Arbūzai	V-5	200	1,20	0,72	16,68	67,20

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išseiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Vafliniai sklindžiai	M-a	150	13,85	21,28	92,13	604,75
Trintos šviežios uogos T	VU-5	30	0,36	1,80	6,83	23,25
Arbata	G-4					
Iš viso:			14,21	23,08	98,96	628,00
Iš viso dienos davinio:		Iš viso:	40,61	50,52	173,17	1537,17



2 savaitė

Ketvirtadienis**Pusryčiai 8.30 -9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Varškės sūrelis	M-14	90	11,70	6,75	13,77	162,00
Pynė	SM-28	30	4,05	0,75	20,85	148,20
Arbata	G-6	180				
		Iš viso:	15,75	7,50	34,62	310,20

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pertrinta žiedinių kopūstų ir brokolių sriuba, duona T	S-3	150/20	4,47	7,22	32,26	202,35
Kepta paukšties blauzdelė	II-2/1	100	29,26	23,50	31,97	320,71
Makaronai	K-18	80,0	4,32	0,12	30,32	143,6
Agurkai A	SL-20	45	0,16	0,10	1,20	4,72
Pomidorai A	SL-17	45	0,45	0,09	1,85	7,65
		Iš viso:	38,66	31,03	97,59	679,03

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Bananai	V-1	180	2,04	0,51	39,27	164,90

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pieniška perlinių kruopų sr. T	S-13	200	5,76	5,79	19,85	156,42
Sumuštinis susūriu	SM-10	50	6,40	11,63	16,00	192,99
Iš viso:			12,16	17,42	35,85	349,41
Iš viso dienos davinio:			68,61	56,46	207,33	1503,54

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis

2 savaitė

Penktadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Patiekalo maistinė vertė					
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai	
Karštas sumuštinis su sūriu	SM-13	100	14,43	24,82	37,27	427,38
Arbata	G-6	180				
		Iš viso:	14,43	24,82	37,27	427,38

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai	
Sultinys su makaronais, duona T	S-9	150/20	3,08	7,79	22,32	170,69
Kalakutienos pjausnys, padažas T	II-14/4	70	19,19	23,39	5,27	327,28
Bulvių košė	K-12	90	16,85	0,71	15,87	78,80
Morkų salotos,	SL-11a	30	0,30	2,26	2,61	28,75
Paprika	SL-24	20	0,20	0,04	1,74	6,20
Žirneliai	SL-17	20	0,98	0,04	3,16	12,80
		Iš viso:	22,27	31,18	27,59	497,97

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliai	V-2	180	0,60	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliava ndeniai	
Makaronai su troškinta kiaul. T	K-18	30/140	11,66	15,07	49,24	397,69
Balta duona su varškės užtepėle	SM-Nr. 32	35	3,49	4,01	15,64	126,00
Arbata	G-6	180	0,00	0,00	2,99	11,85
Iš viso:			12,66	18,26	51,27	523,69
Iš viso dienos davinio:			37,30	56,15	79,56	1516,54



3 savaitė

Pirmadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Manų košė su cinamonu T	K-5	200	45,65	6,95	44,81	280,14
Duonos lazdelės	SM-27	15	2,03	0,38	10,43	74,10
Arbata	G-6	180				
		Iš viso:	48,35	7,45	58,71	378,94

Pietūs 12.0-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pomidorų -T, duona	S-10	150/20	3,21	8,31	12,96	183,61
Kalakutienos kukuliai T	II-1	70/20	16,35	13,63	7,18	210,87
Bulvių košė	II-12	90	16,85	0,71	15,87	78,80
Burokėlių salotos A	SL-6a	45	0,66	2,44	4,39	38,34
Agurkai,	SL-20	45	0,12	0,08	0,92	4,4
		Iš viso:	37,19	25,17	41,31	516,02

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Bananai	V-1	170	2,04	0,51	39,27	164,90

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Vafliniai sklandžiai	M-10	130	11,65	10,08	77,59	441,59
Trintos šviežios uogos T	VU-5	20	0,24	1,20	4,56	15,50
Arbata	G-4					
Iš viso:			11,89	11,28	82,15	457,09
Iš viso dienos davinio:			99,47	44,41	221,43	1516,95

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



3 savaitė

Antradienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pertrinta varškė T	M-2	80	18,16	10,35	14,67	181,62
Trintos šviežios uogos	U-1	30	0,36	0,16	7,87	32,20
Pynė	SM-28	25	3,38	0,63	17,38	123,50
Kakavos gėrimas	G-1	180	2,73	2,17	10,25	60,86
		Iš viso:	24,63	13,30	50,17	398,18

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Kaimiška bulvienė su kruopomis, duona-T	S-6/1	150/20	5,73	8,01	28,97	208,61
Sterko maltinis, padažas T	II-11/2	70/20	17,57	17,07	6,01	226,79
Makaronai	II-12	90	4,86	0,14	34,11	161,55
Ž.žirneliai,kukurūzai A	SL-18	45	1,872	0,192	9,072	40,08
Morkų salotos A	SL-7	45	0,85	1,85	4,50	37,16
		Iš viso:	30,89	27,25	82,67	674,18

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	150	0,60	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Ryžių, daržovių trošk. su paukštiena T	T-2/1	210	14,40	11,71	41,77	333,14
Riestainiai	SM-24	25	1,28	4,31	9,74	92,40
Arbata	G-5					
Iš viso:			17,10	16,90	36,346	384,22
Iš viso:						
Iš viso dienos davinio:			56,11	40,70	147,53	1493,00

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



3 savaitė

Trečiadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Miežinė košė T	K-8	200	8,78	9,04	38,03	255,65
Duonos lazdelė	SM-29	20	5,40	4,20	0,32	60,40
Arbata	G-6	180				
		Iš viso:	14,18	13,24	38,35	316,05

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Avinžirnių ir kruopų sriuba, duonaA	S-8	150/20	6,27	7,82	35,06	226,44
Kiaulienos pjlausnysT	II-14	65	15,11	22,99	4,31	289,13
Bulves A	II-12a	90	1,80	0,09	16,47	72,90
Burokėlių salotos A	SL-6a	45	0,66	2,44	4,39	38,34
Agurkai, pomidorai	SL-6	45	0,141	0,094	1,081	12,3
		Iš viso:	23,97	33,43	61,31	619,12

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Tarkuotos morkos T	SL-21/1	50	0,70	1,52	6,84	38,32

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Varškės kubeliai T	M-5	170	26,91	16,36	62,65	488,35
Grietinės padažas	PD-7	20	0,48	6,00	8,60	90,20
Arbata	G-1	180				
Iš viso:			27,39	22,36	71,26	578,55
Iš viso dienos davinio:			75,84	81,52	160,32	1552,04

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



3 savaitė

Ketvirtadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Omletas	M-4	100	19,89	14,19	4,08	192,17
V/g ruginė duona su česnakiniu užtepu	SM-2	30	24,04	5,41	14,06	104,34
Arbata	G-6	180	0,00	0,00	2,99	11,85
		Iš viso:	43,93	19,60	21,13	308,36

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Žiedinių kopūstų sriuba, duona T	S-4/3	150/20	4,39	7,22	31,33	197,89
Kalakutienos pjausnys T	II-1	65/20	18,20	16,00	4,43	254,85
Grikliai A	K-17a	80	4,41	1,09	24,26	108,15
Kopūstų ir kukurūzų sal.A	SL-11	45	0,93	4,77	5,19	58,16
Agurkai A	SL-15	45	0,12	0,08	0,92	4,40
		Iš viso:	28,05	29,16	66,11	623,45

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Kriaušės	V-3	160	0,64	0,48	15,20	67,20

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Makaronai su troškinta kiaul. T	K-18	30/140	11,66	15,07	49,24	397,69
Balta duona su varškės užtepele	SM-Nr. 32	35	3,49	4,01	15,64	126,00
Arbata	G-6	180	0,00	0,00	2,99	11,85
Iš viso:			12,66	18,26	51,27	523,69
Iš viso dienos davinio:			85,28	67,50	153,72	1522,70

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis

3 savaitė
Penktadienis
Pusryčiai 8.30-9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Grikių košė susviestu T	K-2/3	200	10,75	8,10	41,05	277,06
Sūrio lazdelė	SM-29	20	5,40	4,20	0,32	60,40
Arbata	G-6	150				
		Iš viso:	34,62	5,28	35,35	337,46

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pupelių sriuba, duona T	S-2	150/20	4,18	7,24	28,66	186,23
Koldūnai su kiauliena	M-6	61,889	460,77	20,46	59,508	522,08
Iš viso:			42,44	29,50	96,00	694,56

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Bananai	V-1	180	2,04	0,51	39,27	164,90

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pieniška dešrelė su p. padažu	M-13/1	90/15	9,27	19,71	0,72	216,90
Agurkai A	SL-20	30	0,14	0,09	1,08	5,17
Duona	SM-11a	30	1,78	5,95	11,47	105,36
Arbata	G-6	180				
Iš viso:			7,34	25,81	20,318	322,26
Iš viso dienos davinio:			72,77	45,30	171,82	1519,18

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



4 savaitė

Pirmadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu T	K1	200	7,58	8,64	28,18	214,55
Duonos lazdelė	SM-24	15	2,03	0,38	10,43	74,10
Arbata	G-1	180				
		Iš viso:	8,72	6,40	43,41	327,90

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Sultinys su morkomis, kuskusu, duona A	S-9/1	150/20	2,93	6,08	21,51	151,08
Daržovių troškiny su kiauliena T	II-22	200	21,12	14,77	35,23	331,87
Kefyras 2,5%	G-5	180	6,12	4,50	8,82	108,00
Agurkai A	SL-9	45	0,14	0,09	1,04	4,95
		Iš viso:	24,04	20,85	56,74	595,90

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	180	0,60	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 16.20 -17.00val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Varškės kubeliai T	M-5	170	26,91	16,36	62,65	458,35
Grietinės padažas	PD-7	20	0,48	6,00	8,60	90,20
Arbata	G-1	180				
Iš viso:			27,39	22,36	71,26	548,55
Iš viso dienos davinio:			60,75	49,76	186,11	1539,85

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



4 savaitė

Antradienis**Pusryčiai 8.30 -9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Kukurūzų košė	K-7	200	7,58	8,64	28,18	214,55
grietinės padažas	K-7	20	0,50	6,30	0,65	61,53
sausainiai	-27	20	2,03	0,38	10,43	74,10
Arbata	G-65	180				
		Iš viso:	7,58	8,64	28,18	276,08

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pertrinta žirnelių sriuba, skrebučiai T	S-1a	150/15	5,55	7,07	27,75	201,00
Kepta paukšties blauzdelė	II-2/1	100	29,26	23,50	31,97	320,71
Bulvės	K-12a	90,0	1,80	0,09	16,47	72,9
Agurkai	SL- 20	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Morkų salotos	SL-11a	40	0,3022	2,2556	2,6122	28,748
		Iš viso:	37,04	32,99	79,73	627,76

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	180	0,80	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Varškės apkepas	M-3	170	37,90	20,46	59,51	522,08
Trintos uogos	VU-5/1	20	0,24	1,20	2,56	7,60
Arbata	G-1	180				
Iš viso:			1501,02	21,66	62,07	529,68
Iš viso dienos davinio:			1538,85	1534,16	156,49	1501,02

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



4 savaitė

Trečiadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Omletas	M-4/2	110	19,89	14,19	40,80	192,17
V/g ruginė duona su česn.užtepu T	SM-25	25	2,13	1,22	14,01	74,52
Arbata	G-6	180				
		Iš viso:	20,00	15,20	4,83	266,69

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Barščiai su pupelėmis A	S-17	150/20	4,36	8,15	27,91	191,42
Kiaulienos nugarinės kepsnys T	II-14/1	70/20	18,56	28,80	9,97	358,85
Bulves A	II-12a	90,00	1,80	0,09	16,47	72,9
Kopūstų salotos A	SL-2a	30	0,50	3,58	2,63	36,78
Pomidorai,	SL-16	45	1,14	4,99	6,17	41,23
		Iš viso:	26,36	45,61	63,15	701,17
Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Bananai	V-1	190	2,40	0,60	46,20	194,00

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išeiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pieniška perlinių kruopų sr. T	S-13	200	5,76	5,79	19,85	156,42
Sumuštinis su fermentiniu sūriu	SM-10	50	6,40	11,63	16,00	192,99
Iš viso:			12,16	17,42	35,85	349,41
Iš viso dienos davinio:			4,20	0,69	62,67	1511,27

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



4 savaitė

Ketvirtadienis**Pusryčiai 8.30-9.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Miežinė košė su sviestu, sviestu T	K-8	200	8,78	9,04	38,03	255,65
Sūrio lazdelė	SM-29	20	5,40	4,20	0,32	60,40
Arbata	G-1	180				
		Iš viso:	14,18	13,24	38,35	316,05

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Špinatų sriuba, T duona	S-4/2	150/9/20	5,72	8,67	26,59	185,56
Sterko maltinis, padažas T	II-9	75/20	17,57	17,07	6,01	226,79
Makaronai T	K-18	80,0	4,32	0,12	30,32	143,6
Burokėlių salotos A	SL-1	30	0,73	4,84	3,27	48,59
Morkų lazdelės A	SL-24	15	0,15	0,03	1,31	4,65
Agurkai A	SL-20	30	0,093	0,062	0,713	3,41
		Iš viso:	28,58	30,79	68,21	612,59

Pavakariai 15 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	180	0,60	0,15	14,70	67,50

Vakarienė 16.20-17.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Lietiniai su dešrele (netausojantis)	M-12	160	14,69	22,86	47,85	451,74
Grietinės padažas	P-24	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Arbata	G-1	180				
Iš viso:			17,40	42,19	56,54	510,34
Iš viso dienos davinio:			92,82	50,36	199,75	1506,48

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis



4 savaitė

Penktadienis**Pusryčiai 8.30-9.30val.**

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Karštas sumuštinis su sūriu	SM-13	110	11,95	20,48	31,90	357,30
Arbata	G-1	180				
		Iš viso:	46,43	6,21	62,92	357,30

Pietūs 12.00-13.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Pomidorų sriuba, duona T.	S-11	150/20	3,21	8,31	12,96	183,61
Jautienos guliašas	A 13-1	90	16,79	12,19	3,88	191,51
Bulvių košė	K-12b	90	1,81	6,08	16,48	125,94
Agurkai A	G-15	45	0,16	0,10	1,20	4,72
Burokėlių salotos	SL-2	40	0,71	4,82	3,97	50,88
		Iš viso:	22,68	31,50	38,49	576,69

Pavakariai 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Obuoliai	V-2	160	0,80	0,20	19,60	90,00
		Iš viso:	0,80	0,20	19,60	90,00

Vakarienė 16.20-17.00val.

Patiekalo pavadinimas	Patiekalo maistinė vertė					Energetinė vertė, kcal
	Rp.Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai g	
Makaronai su troškinta paukštiena - T	K-18	180	11,66	15,07	49,243	377,690
Duona su sviestu	SM-23	25	2,02	6,08	13,023	113,640
Arbata	G-6	180				
Iš viso:			12,66	18,26	51,27	503,69
Iš viso (dienos davinio)			69,91	37,91	121,01	1527,68

Žymėjimas: T-tausojantis, A- augalinis