

1 savaitė
Pirmadienis

Pietų laikas

10:30-12:00

11:40-12:00

11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
žirnių-perlinių kruopų sriuba(aug)(taus)	15	125	3,03	2,47	13,03	77,89
kiaulienos-rudųjų ryžių plovos(taus)	31	200	17,78	14,00	33,79	359,65
švieži agurkai	75	50	0,40		1,15	5,50
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	20,60	86,80
negazuotas mineralinis vanduo		1but				
vaisiai		1 vnt	0,60		9,50	42,00
			24,81	17,07	78,07	571,84

1 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
ryžių sriuba(aug)(taus)	23	125	0,85	2,73	9,40	62,52
jautienos befstrogenas su grietin.(tauso.)	17	75/75	8,90	7,27	4,79	346,40
šv.kopūstų-morkų salotos(aug)(taus)	4	50	0,53	4,90	3,62	56,64
grikių kruopų su sviestu(82%)košė(taus.)	7	100	6,05	5,48	33,27	202,88
vaisiai		100	0,40	0,10	9,80	45,00
mineralinis negazuotas vanduo		200				
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	20,60	86,80
			19,73	21,08	81,48	800,24

1 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
šviežių kopūstų sriuba su bulv.(tauso.)	39	125/3	1,26	2,63	9,46	66,51
kepta vištienos blauzdelė(tauso.)	19	120	28,94	23,02	0,82	326,12
perlinių kruopų košė su sviestu(tauso.)	51	100	3,43	1,46	26,32	132,04
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		100	1,50	0,10	21,00	89,50
morkų-česnakų salotos(taus.)	15	100	1,68	0,66	4,22	29,54
			39,81	28,47	78,92	729,81

1 savaitė
Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
rūgštynių sriuba su bulvėm(aug)(t)	22	125	4,68	6,30	25,53	177,10
vištienos kumpelių guliašas pomid.tyrėj.(t)	16	50/50	11,69	14,65	4,05	194,52
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		160	1,60	1,00	22,20	89,60
rudųjų ryžių košė su sviestu(tauso.)	36	100	4,13	3,41	28,83	166,18
kopūstų salotos so paprika ir al.al.(a)(t)	3S	90	1,08	3,85	5,04	59,12
			26,18	29,81	102,75	772,62

1 savaitė
Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
orkaitėje kepti j.lyd.kukuliai su darž.(taus)	161	70/50	12,51	3,49	9,28	118,62
pekino kopūstų salotos(tauso.)	6	150	2,85	12,60	9,00	160,95
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		100	0,70	0,10	11,10	43,00
bulvių košė su sviestu (tauso.)	62	100	1,74	1,27	12,37	67,83
			20,80	18,06	58,85	476,50

Direktorė

Irina Žiupkienė

2 savaitė
Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
pieniška makaronų sriuba(taus.)	32	125	2,95	3,72	8,91	80,87
kiaulienos iešmeliai su pom. pad.(t)	21	50/50	17,32	6,73	8,31	163,42
pek.kopūstų-morkų-porų sal.(aug)(taus)	25	100	1,33	18,22	4,56	178,91
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	20,60	86,80
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		160	1,60	1,00	22,20	89,60
biri grikių košė su sviestu(82%)(tauso.)	33	100	3,16	2,02	17,28	100,12
			29,36	32,29	81,86	699,72

2 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
pupelių sriuba su bulvėmis(aug.)(tauso.)	35	125	4,08	3,09	16,39	105,15
vištienos kukuliai su svogūnais(taus)	24	50/50	11,62	3,00	0,51	124,48
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		100	0,90	0,50	11,80	49,00
burokėlių-mar.agurkų mišr.(aug)(tauso.)	18	100	2,27	10,09	7,33	121,92
trijų grūdų dribsnių košė(aug)(taus)	34	75	2,13	1,43	10,90	64,87
			24,00	18,71	64,03	551,52

2 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
trinta moliūgų sriuba.(aug)(tauso.)	10	125	1,30	2,54	4,69	43,30
kepta vištienos blauzdel.(tauso.)	32A	100	24,12	19,18	0,68	271,77
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		100	1,50	0,10	21,00	89,00
šv.kopūstų-morkų-obuolių sal.(tauso.)	20	100	1,09	9,21	7,89	110,66
ryžių kruopų košė su sviestu(tauso.)	36	100	4,13	3,41	28,83	166,18
			35,14	35,04	80,19	767,01

2 savaitė
Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
burokėlių sriuba su bulvėmis(aug)(taus)	39	125	1,26	2,63	9,46	66,51
trošk. jautiena su žal.žirneliais(taus)	2A	50/50	17,28	4,03	4,85	124,81
vaisiai		100	0,60		5,90	26,60
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
morkų salotos su dž.slyvom(tau.)(aug.)	11	100	2,18	0,68	11,68	61,59
biri perlinių kruopų košė su sviestu(taus.)	51	100	3,43	1,46	26,32	132,04
			27,75	9,40	75,31	497,65

2 savaitė
Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
orkaitėje kepta lašišos filė(tauso.)	17	50	8,58	11,32	0,25	137,21
bulvių košė su sviestu(tauso.)	62	100	1,74	1,27	12,37	67,83
pilno grūdo duona		20	1,50	0,30	10,30	43,40
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		100	0,40	0,30	9,50	42,00
pek.kopūstų-obuol.-agurkų sal.(t.)(aug.)	7	100	1,03	5,28	5,34	72,96
			13,25	18,47	37,76	363,40

Direktorė

Irina Žiupkienė

3 savaitė
Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
pieniška perlinių kr. sriuba(tauso.)	32	125	3,23	3,46	12,16	95,43
kiaul.-rudųjų ryžių plovos(tauso.)	31	200	17,78	14,00	33,79	353,65
šv. kopūst. sal. su tyru alyv aliejum(a)(t)	19	100	1,33	9,58	20,60	86,80
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200	0,40			
vaisiai		100	0,60		5,90	26,60
			26,34	27,64	89,55	648,58

3 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
pomidorinė sriuba su perl.kr.(aug)(taus)	33	125	1,25	2,81	12,26	79,36
orkaitėje kepti vištienos kukuliai(tauso.)	143T	50/50	15,63	8,74	5,80	64,43
biri grikių košė su sviestu(taus)	33	100	3,03	2,74	16,63	101,44
pilno grūdo duona		40	2,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		100	0,70	0,10	11,10	43,00
virtų burok.sal.su žirnel.ir r.agurk.(taus.)(a)	61	100	1,89	7,13	8,84	107,11
			24,50	22,12	71,73	417,01

3 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
šv.kopūstų sriuba(aug)(taus)	28	125	1,55	2,65	11,00	73,85
kepta vištienos blauzdel.(tauso.)	32A	100	24,12	19,18	0,68	271,77
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		90	1,10	0,30	20,80	87,30
morkų-cukinių salotos su al.(aug)(taus)	22	100	1,38	4,89	5,52	71,65
trijų grūdų drib.košė(taus.)(augal.)	34	150	4,25	2,85	21,80	129,74
			35,40	30,47	76,90	720,41

3 savaitė
Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
agurkinė sriuba(aug.)(tauso.)	5	125	1,80	4,00	14,50	101,35
jautienos troškinys su moliūgais(taus)	100	100	17,60	11,26	4,47	189,55
pekino kopūstų-porų-agurk.sal.(tauso.)	7.	160	1,90	8,40	6,00	107,30
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	17,10	86,10
negazuotas mineralinis vanduo		200				
vaisiai		80	0,80	0,50	11,10	44,80
biri ryžių košė su sviestu(taus)	36	100	2,54	2,18	27,42	139,41
			27,64	26,94	80,59	668,51

3 savaitė
Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga gr.	Baltymai gr.	Riebalai gr.	Angliavandeniai gr.	Energėtinė vertė Kcal
orkaitėje kepti j.lyd.kotletai(tauso.)	162T	50/50	17,45	10,69	7,79	192,74
bulvių košė su sviestu	62	150	2,61	1,91	18,56	101,75
pilno grūdo duona		40	3,00	0,60	20,60	86,80
raugintų kopūstų ir morkų sal.(aug.)(taus.)	17	100	0,86	7,08	5,92	90,72
vaisiai		90	1,10	0,30	20,80	87,30
negazuotas mineralinis vanduo		200				
			25,02	20,58	73,67	559,31

Direktorė

Irina Žiupkienė