

UAB „Nakis LT“

Gabijos g. 32, Vilnius, į. K. 305432337, PVM mokėtojo kodas LT100012914712

KLAIPĖDOS SUAUGUSIŲJŲ GIMNAZIJA

I. Simonaitytės g. 24, Klaipėda

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11 m. ir vyresnių laisvos prekybos ir nemokamo maitinimo

Dira... *...* *...*



Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 20.55 val.

Direktorius

MARIUS VILIMAS

...

I komplektas Pietūs.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g		
		11 m. ir vyr.						
Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su juodaisiais lęšiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	2,7	5,0	0,2
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2
Orkaitėje troškinta vištienos filė su daržovėmis (T)	Se-P5	60/60	22,1	4,6	3,2	1,4	0,9	0,3
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	130	4,6	4,2	28,2	0,2	2,9	0,0
Pekino kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	125	1,3	7,2	4,0	2,3	1,5	0,2
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	1,9	0,0
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			34,6	18,8	73,0	14,4	13,4	0,9

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g		
		11 m. ir vyr.						
Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su juodaisiais lęšiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	2,7	5,0	0,2
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2
Konvekciniėje krosnyje kepti varškės paplotėliai su bananais ir aguonomis (T)	Se-V2	129/15/6	21,4	18,4	22,7	5,6	2,9	0,2
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,5	0,0	0,0
Šviežios, traškios morkytės (A)	Se-D36	90	0,5	0,3	7,1	4,5	2,7	0,1
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	1,9	0,0
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			29,5	22,4	68,6	21,0	13,8	0,8

III komplektas Pietūs.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g		
		11 m. ir vyr.						
Brokolių ir žaliųjų žirnelių sriuba su juodaisiais lęšiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	2,7	5,0	0,2
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2
Bulgur kruopų troškiny (T), (A)	Se-Kr36	200	7,3	5,2	46,7	4,0	6,1	0,9
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	100	0,9	9,4	7,9	4,8	2,7	0,2
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	1,9	0,0
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			14,8	17,5	92,2	19,4	17,0	1,5

IV komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g		
		11 m. ir vyr.						
Brokolių ir žaliųjų žirnių sriuba su juodaisiais lęšiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	2,7	5,0	0,2
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2
Konvekcinėje krosnyje kepti vištienos ir kalakutienos kukuliai (T)	Se-P2	60/60	24,7	5,8	2,3	0,8	0,5	0,6
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	120	4,2	3,9	26,0	0,1	2,6	0,0
Pekino kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	120	1,3	6,9	3,8	2,2	1,4	0,2
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	1,9	0,0
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			36,8	19,5	69,7	13,7	12,7	1,3

V komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g		
		11 m. ir vyr.						
Brokolių ir žaliųjų žirnių sriuba su juodaisiais lęšiais (T), (A)	Se-Sr3	150	4,8	2,2	14,0	2,7	5,0	0,2
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	1,2	1,2	0,2
Vištienos kukuliai su daržovėmis (tausojantis)	P004.1	140/30	20,8	17,8	4,0	8,1	8,1	0,8
Virti brinkinti gričiai (tausojantis)	Gr018	120	5,3	1,3	29,1	2,5	2,5	0,0
Pekino kopūsto salotos su agurkais (A)	Se-S3	145	1,6	8,3	4,6	2,7	1,7	0,2
Sezoniniai vaisiai		80	0,3	0,3	10,4	1,5	1,5	0,0
Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais	G009	150	0,1	0,0	0,5	0,2	0,2	0,0
Iš viso:			34,3	30,3	73,1	18,9	20,2	1,5
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			34,6	18,8	73,0	14,4	13,4	0,9
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			29,5	22,4	68,6	21,0	13,8	0,8
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			14,8	17,5	92,2	19,4	17,0	1,5
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			36,8	19,5	69,7	13,7	12,7	1,3
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			34,3	30,3	73,1	18,9	20,2	1,5

I komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	2,5	5,0	10,4	5,7	3,9	0,8	96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Troškinta jautienos nugarinė (T)	Se-J4	100	33,3	13,7	12,5	3,0	2,3	0,3	307
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	100	2,3	2,9	16,7	1,0	1,4	0,7	102
Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapais (A)	Se-S20	100	0,9	2,2	2,7	1,7	1,0	0,3	34
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			40,8	24,5	65,8	19,3	11,8	2,4	647

II komplektas Pietūs val.

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

III komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	2,5	5,0	10,4	5,7	3,9	0,8	96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Lęšių makaronai su daržovėmis (smidrais, paprikomis, pomidorais, cukinijomis) (T), (A)	Se-Kr56	131/49	20,6	21,4	51,0	3,5	8,5	0,5	480
Švieži salotų lapai ir pjaustyti vyšniniai pomidorai apšlakstyti nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S24	90	1,0	9,1	2,7	0,8	1,3	0,0	96
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			25,9	36,2	87,6	17,8	16,7	1,6	780

IV komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	2,5	5,0	10,4	5,7	3,9	0,8	96
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti maltos kiaušienos kukuliai su manų kruopomis ir čiobreliais (T)	Se-K3.1	124/15/1	36,4	9,4	6,4	0,1	0,5	0,7	255
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	150	3,4	4,4	25,0	1,5	2,1	1,1	153
Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapais (A)	Se-S20	145	1,2	3,2	3,9	2,4	1,5	0,5	49
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			45,3	22,6	69,2	17,6	11,0	3,3	662

V komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta pomidorų sriuba (T), (A)	Se-Sr6	150	2,5	5,0	10,4	5,7	3,9	0,8	96
Troškinta kiaušiena su daržovėmis (tausojantis)	K004	62/98	25,6	14,4	9,9	6,6	3,4	0,6	272
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	140	4,5	0,8	34,7	0,1	3,3	0,7	165
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	150	2,1	6,0	9,4	1,5	3,3	0,7	99
Sezoniniai vaisiai		80	0,3	0,3	10,4	1,3	1,5	0,0	46
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	150	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			35,0	26,5	74,7	15,3	15,4	2,8	678
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			40,8	24,5	65,8	19,3	11,8	2,4	647
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			36,1	33,2	69,2	20,1	12,2	1,6	719
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			25,9	36,2	87,6	17,8	16,7	1,6	780
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			45,3	22,6	69,2	17,6	11,0	3,3	662
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			35,0	26,5	74,7	15,3	15,4	2,8	678

I komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	1,6	1,8	0,8	103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Garuose kepti kalakutienos file muštiniukai su špinatais (T)	Se-P10	84/16	28,8	8,5	2,0	0,1	0,9	0,5	200
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	0,0	0,8	0,4	155
Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)	Se-S7.1	110	1,2	3,1	9,2	4,9	2,1	0,4	69
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			39,1	15,9	83,8	14,4	8,8	2,4	635

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	1,6	1,8	0,8	103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Virti varškėčiai su ryžių miltais praturtinti grikių sėlenomis (T)	Se-V7	175/5	27,5	15,5	55,4	8,0	1,2	0,3	471
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,6	0,0	0,0	21
Garuose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	110	2,1	4,1	6,6	1,1	1,5	0,4	71
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			34,6	24,7	103,4	19,2	7,6	1,7	774

III komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	1,6	1,8	0,8	103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Morkų blynėliai su avižų gėrimu (T), (A)	Se-M8.1	200	12,2	5,9	90,8	7,9	5,7	0,8	465
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	3,1	0,8	0,0	31
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	120	1,0	0,2	2,8	1,7	0,8	0,0	17
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			17,1	10,4	140,4	22,1	12,2	1,9	724

IV komplektas Pietūs.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Rudųjų ryžių sriuba su daržovėmis (bulvėmis, morkomis ir paprikomis) (T), (A)	Se-Sr19	150	1,9	3,4	16,2	1,6	1,8	0,8	103
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti vištienos ir batatų kepsneliai (T)	Se-P19	74/36	28,0	16,3	15,4	0,8	13,2	0,6	320
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	130	5,9	0,3	35,5	2,5	0,9	0,4	168
Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos (A)	Se-S7.1	120	1,3	3,3	10,1	1,6	2,3	0,5	76
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			38,9	24,0	100,8	14,3	21,4	2,5	775
I komplektas iš viso (dienos davinio):			39,1	15,9	83,8	14,4	8,8	2,4	635
II komplektas iš viso (dienos davinio):			34,6	24,7	103,4	19,2	7,6	1,7	774
III komplektas iš viso (dienos davinio):			17,1	10,4	140,4	22,1	12,2	1,9	724
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			38,9	24,0	100,8	14,3	21,4	2,5	775

I komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	2,6	1,8	0,9	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai su trintais pomidorais (T)	Se-K1	60/40	15,6	5,5	6,4	3,3	2,1	1,4	137
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	140	6,2	1,5	34,0	0,3	2,9	0,0	174
Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	120	1,9	7,6	11,1	7,3	3,3	1,0	120
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			26,9	17,7	83,6	21,4	13,3	3,5	601

II komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	2,6	1,8	0,9	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Konvekciniėje krosnyje keptas varškės apkepas su bananais ir šilauogėmis (T)	Se-V9	98/38/14	18,1	16,1	19,3	10,8	5,0	0,2	294
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,5	0,0	0,0	16
Konvekciniėje krosnyje keptos morkytės (T), (A)	Se-D3	90	1,3	11,8	10,3	6,1	3,6	0,5	153
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			23,5	31,7	63,1	27,8	13,5	1,8	632

III komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	2,6	1,8	0,9	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti raudonųjų lęšių ir morkų paplotėliai (T), (A)	Se-Kr35	119/21	13,6	10,2	36,6	2,8	7,8	0,3	293
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %		40	0,3	1,5	2,6	2,4	0,0	0,0	25
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	90	0,7	7,7	3,1	1,9	1,1	0,4	85
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			17,8	22,5	74,5	17,4	13,8	1,8	572

IV komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir salierais (T), (A)	Se-Sr20	150	1,4	2,4	8,7	2,6	1,8	0,9	62
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Troškinti veršienos gabaliukai su bulvėmis, salieru, morkomis ir svogūnais (T)	Se-J6	43/36/61	13,0	4,3	13,8	0,1	2,2	0,8	146
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	120	5,3	1,3	29,1	0,3	2,5	0,0	149
Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	130	2,0	8,2	12,0	7,9	3,6	1,1	130
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			23,5	17,0	87,1	18,7	13,2	3,0	595
I komplektas iš viso (dienos davinio):			26,9	17,7	83,6	21,4	13,3	3,5	601
II komplektas iš viso (dienos davinio):			23,5	31,7	63,1	27,8	13,5	1,8	632
III komplektas iš viso (dienos davinio):			17,8	22,5	74,5	17,4	13,8	1,8	572
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			23,5	17,0	87,1	18,7	13,2	3,0	595

I komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	0,8	1,5	0,8	48
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	1,2	1,9	0,3	75
Garuose kepta lydekų file (T)	Se-Ž4	100	25,7	3,3	0,4	0,1	0,2	0,7	134
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	160	5,7	1,5	37,1	0,3	1,7	0,7	185
Kaliaropių salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	130	1,9	4,3	7,1	3,9	2,5	0,5	74
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			36,8	11,5	80,7	13,3	9,6	3,0	574

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	0,8	1,5	0,8	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Virti varškės ir moliūgų virtinukai (T)	Se-V11	136/34	20,8	11,5	24,5	4,3	0,9	0,5	285
Grietinė 30%		40	1,0	12,0	1,2	0,9	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	5,1	2,9	0,2	126
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			25,6	35,7	65,0	18,9	8,4	1,8	683

III komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	0,8	1,5	0,8	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Avinžirnių ir moliūgų apkepas (T), (A)	Se-D14	180/120	21,0	8,7	50,8	14,0	13,1	0,7	365
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %		60	0,4	2,2	3,8	3,6	0,0	0,0	37
Švieži vyšniniai pomidorukai (A)	Se-D22	180	1,4	0,5	6,3	4,3	2,5	0,0	36
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			25,7	13,7	91,9	30,5	20,3	1,7	594

IV komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	0,8	1,5	0,8	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje garuose kepti jūrų lydekų maltinukai (T)	Se-Ž12	100	18,5	10,5	5,2	1,7	1,3	0,9	190
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	140	4,9	1,4	32,4	0,3	1,5	0,6	162
Kaliaropių salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	120	1,7	3,9	6,5	0,0	2,3	0,5	69
Sezoniniai vaisiai		100	1,4	3,3	5,4	3,0	1,9	0,4	57
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			29,1	21,0	67,5	6,6	9,8	3,4	575

V komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (T), (A)	Se-Sr31	150	1,0	1,6	7,3	0,8	1,5	0,8	48
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti lašišų maltinukai (tausojantis)	Ž019	100	29,8	23,3	0,1	1,7	0,0	0,3	329
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	150	3,4	4,4	25,0	0,3	2,1	1,1	153
Morkos su šalto spaudimo alyvuogiu aliejumi (augalinis)	S004.1	125	1,3	6,5	11,7	0,0	3,8	0,7	110
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	3,0	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	0,0	0
Iš viso:			37,3	36,5	67,7	6,6	10,5	3,1	748
I komplektas iš viso (dienos davinio):			36,8	11,5	80,7	13,3	9,6	3,0	574
II komplektas iš viso (dienos davinio):			25,6	35,7	65,0	18,9	8,4	1,8	683
III komplektas iš viso (dienos davinio):			25,7	13,7	91,9	30,5	20,3	1,7	594
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			29,1	21,0	67,5	6,6	9,8	3,4	575
V komplektas iš viso (dienos davinio):			37,3	36,5	67,7	6,6	10,5	3,1	748

I komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	3,0	4,3	0,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Keptuvėje kepti kapotos kalakutienos kepsniukai	Se-P12	100	19,3	10,0	5,0	1,2	0,5	0,8	187
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	2,3	0,8	0,4	155
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	110	3,3	17,3	6,5	2,4	4,2	0,1	195
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			34,0	29,5	81,6	16,7	13,0	2,3	728

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	3,0	4,3	0,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su ryžių miltais ir bananais (T)	Se-V10	84/30/36	21,5	17,3	38,6	8,3	1,0	0,4	396
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,5	0,0	0,0	16
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	90	0,7	7,7	3,1	1,2	1,1	0,4	85
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			29,2	27,7	80,2	20,8	9,5	1,8	687

III komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	3,0	4,3	0,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	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	8,2	7,3	0,4	353
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	3,1	0,8	0,0	31
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	130	1,1	11,2	4,5	1,7	1,5	0,6	123
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			17,9	20,4	110,3	23,8	17,1	2,0	697

IV komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Barščių sriuba su pupelėmis (T), (A)	Se-Sr26	150	4,1	1,3	13,8	3,0	4,3	0,8	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Garuose kepti kalakutienos maltinukai su daržovėmis (T)	Se-P15	90/10	20,4	6,8	2,7	0,6	0,7	0,4	154
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	140	6,3	0,3	38,3	2,7	1,0	0,4	181
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	120	3,6	18,9	7,1	2,6	4,6	0,1	213
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			36,3	28,0	85,3	16,7	13,6	1,9	738
I komplektas iš viso (dienos davinio):			34,0	29,5	81,6	16,7	13,0	2,3	728
II komplektas iš viso (dienos davinio):			29,2	27,7	80,2	20,8	9,5	1,8	687
III komplektas iš viso (dienos davinio):			17,9	20,4	110,3	23,8	17,1	2,0	697
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			36,3	28,0	85,3	16,7	13,6	1,9	738

I komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,0	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	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	0,1	0,4	0,6	219
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	120	2,7	3,5	20,0	1,2	1,7	0,9	123
Morkų, obuolių ir salierų salotos su saulėgrąžomis (A)	Se-S15	120	1,6	1,6	10,8	6,6	3,0	0,5	64
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			38,7	18,0	63,5	16,8	9,6	2,4	571

II komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,0	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su batatais (T)	Se-V12	85/45	29,0	30,4	26,9	3,2	27,5	0,4	497
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,6	0,0	0,0	21
Garuose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	85	1,6	3,2	5,1	0,8	1,2	0,3	55
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			35,1	39,3	61,2	13,5	33,1	1,2	739

III komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,0	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Konvekinėje krosnyje kepti brinkintų grikių ir cukinijų kotletukai (T), (A)	Se-Kr23	157/23	10,1	8,2	59,1	0,7	7,4	0,2	351
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %		40	0,3	1,5	2,6	2,4	0,0	0,0	25
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	110	1,0	10,4	8,7	5,3	3,0	0,2	132
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			14,6	24,8	97,8	17,3	14,9	0,9	673

IV komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta cukinijų ir brokolių sriuba (T), (A)	Se-Sr5	150	1,4	4,1	3,9	1,0	1,3	0,2	58
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Troškinta kiauliena su avinžirniais ir smidrais (T)	Se-K6	73/73/14	26,6	6,3	21,1	6,7	5,1	0,5	248
Bulvių košė (T)	Se-Gr7	120	2,7	3,5	20,0	1,2	1,7	0,9	123
Morkų, obuolių ir salierų salotos su saulėgrąžomis (A)	Se-S15	140	1,8	1,9	12,6	7,7	3,5	0,6	75
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			34,4	16,4	81,2	22,6	14,7	2,5	610
I komplektas iš viso (dienos davinio):			38,7	18,0	63,5	16,8	9,6	2,4	571
II komplektas iš viso (dienos davinio):			35,1	39,3	61,2	13,5	33,1	1,2	739
III komplektas iš viso (dienos davinio):			14,6	24,8	97,8	17,3	14,9	0,9	673
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			34,4	16,4	81,2	22,6	14,7	2,5	610

I komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Špinatų sriuba (T), (A)	Se-Sr22	150	1,3	1,5	7,0	0,8	1,3	1,1	47
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Vištienos šlaunelių mėsa troškinta grietinėlėje (T)	Se-P16	135/15	29,2	16,3	2,7	1,2	0,5	1,6	275
Pastarnokų košė (T)	Se-Gr19	150	2,2	2,7	23,9	8,0	6,3	0,5	129
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S22	150	2,3	2,9	10,6	5,6	3,2	0,6	78
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			36,8	24,2	67,7	23,5	14,4	4,1	636

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Špinatų sriuba (T), (A)	Se-Sr22	150	1,3	1,5	7,0	0,8	1,3	1,1	47
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje keptas varškės apkepas su vyšniomis ir šilauogėmis (T)	Se-V21	133/19/8	19,9	28,2	23,2	16,0	5,3	0,3	426
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,6	0,0	0,0	21
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	100	0,8	0,2	2,3	1,4	0,7	0,0	14
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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:			25,1	31,6	57,7	26,7	10,5	1,7	616

III komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Špinatų sriuba (T), (A)	Se-Sr22	150	1,3	1,5	7,0	0,8	1,3	1,1	47
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Virtų ryžių makaronai (su bolivinėmis balandomis ir burnočiais) su pomidorais, špinatais ir ciberžole (T), (A)	Se-M17	132/68	6,7	7,7	59,4	2,3	2,4	0,8	334
Orkaitėje kepti burokėliai (T), (A)	Se-D26	100	2,1	10,2	12,4	7,5	3,0	1,0	149
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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:			11,9	20,1	102,3	18,4	9,9	3,1	638

IV komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Špinatų sriuba (T), (A)	Se-Sr22	150	1,3	1,5	7,0	0,8	1,3	1,1	47
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Garuose kepta vištienos file su sezamų sėklomis (T)	Se-P13	134/6	39,1	4,7	1,6	0,0	1,5	0,6	205
Pastarnokų košė (T)	Se-Gr19	160	2,3	2,9	25,5	8,6	6,7	0,5	137
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S22	150	2,3	2,9	10,6	5,6	3,2	0,6	78
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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:			46,9	12,7	68,2	22,9	15,9	3,1	575
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			36,8	24,2	67,7	23,5	14,4	4,1	636
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			25,1	31,6	57,7	26,7	10,5	1,7	616
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			11,9	20,1	102,3	18,4	9,9	3,1	638
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			46,9	12,7	68,2	22,9	15,9	3,1	575

I komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)	Se-Sr23	150	3,7	2,2	15,3	2,3	2,8	0,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Garuose kepti veršienos kukuliai (T)	Se-J5	130	20,1	8,2	7,7	1,2	1,9	0,5	185
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	160	7,1	1,7	38,8	0,4	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	6,3	4,4	0,1	97
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			35,3	17,1	97,1	18,0	15,5	1,2	684

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)	Se-Sr23	150	3,7	2,2	15,3	2,3	2,8	0,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškės ir pilno grūdo kapotų avižinių kruopų paplotėliai su bananais (T)	Se-V19	153/27	25,8	21,9	33,8	7,9	5,5	0,2	436
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,6	0,0	0,0	21
Šviežių morkų lazdelės (A)	Se-D27	110	1,1	0,2	9,6	5,8	3,3	0,3	45
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			33,8	26,0	83,8	24,5	14,7	1,0	704

III komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)	Se-Sr23	150	3,7	2,2	15,3	2,3	2,8	0,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Avižinių troškiny su daržovėmis (pomidorais, paprikomis, morkomis) (T), (A)	Se-D6	196/84	16,2	10,5	37,4	10,9	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	3,1	2,2	0,8	145
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			25,0	25,2	82,4	24,2	18,4	1,6	657

IV komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (T), (A)	Se-Sr23	150	3,7	2,2	15,3	2,3	2,8	0,3	95
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai su žiediniais kopūstais (T)	Se-K5	100/20	24,0	6,4	12,4	1,8	2,8	0,4	203
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	150	6,6	1,6	36,4	0,4	3,1	0,0	187
Garuose keptos sezoninės daržovės (morkos, pomidorai, salierai, paprikos, brokoliai, cukinijos) (T), (A)	Se-D10	135	2,5	4,1	11,0	5,8	4,1	0,1	91
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			38,7	14,9	98,6	18,2	15,8	1,0	683

I komplektas iš viso (dienos davinio):	35,3	17,1	97,1	18,0	15,5	1,2	684
II komplektas iš viso (dienos davinio):	33,8	26,0	83,8	24,5	14,7	1,0	704
III komplektas iš viso (dienos davinio):	25,0	25,2	82,4	24,2	18,4	1,6	657
IV komplektas iš viso (dienos davinio):	38,7	14,9	98,6	18,2	15,8	1,0	683

I komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	1,9	2,7	0,8	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Garuose kepti lašišų file kepsneliai su citrinomis (T)	Se-Ž7	86/4	21,2	14,4	0,6	0,1	0,3	0,2	217
Garuose keptos bulvytės su rozmarinais (T), (A)	Se-D12	150	3,8	1,2	34,8	0,6	4,6	0,1	165
Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapais (A)	Se-S20	120	1,0	2,7	3,2	2,0	1,2	0,4	41
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			30,6	21,4	82,2	12,4	11,9	1,7	644

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	1,9	2,7	0,8	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su kukurūzų miltais ir bananais (T)	Se-V15	105/30/15	23,1	18,7	32,8	6,5	1,6	0,2	392
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1,0	0,8	1,3	0,5	0,0	0,0	16
Švieži vyšniniai pomidorikai (A)	Se-D22	90	0,7	0,3	3,2	2,2	1,3	0,0	18
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			29,4	22,9	80,8	18,9	8,7	1,3	647

III komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	1,9	2,7	0,8	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Kukurūzų ir sorų miltų blynėliai su bananais ir troškintais obuoliais (A)	Se-M10.1	130/18/32	4,7	12,3	55,5	7,5	4,3	0,2	352
Veganiškas natūralus kokosų jogurtas 3,1 %		40	0,3	1,5	2,6	2,4	0,0	0,0	25
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	110	0,9	9,4	3,8	1,5	1,3	0,5	104
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			10,5	26,4	105,4	21,1	11,4	1,7	702

IV komplektas Pietūsval.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g				
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (T), (A)	Se-Sr28.1	150	2,8	2,5	20,0	1,9	2,7	0,8	113
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Garuose kepta lašišos file su bolivinių balandų plutele (T)	Se-Ž13	91/9	22,4	18,2	5,9	1,0	0,6	0,8	277
Garuose keptos bulvytės su rozmariniais (T), (A)	Se-D12	120	3,1	0,9	27,9	0,4	3,7	0,1	132
Šviežių agurkų salotos su salierais ir krapais (A)	Se-S20	120	1,0	2,7	3,2	2,0	1,2	0,4	41
Sezoniniai vaisiai		110	0,4	0,4	14,3	7,7	2,1	0,0	63
Stalo vanduo (paskanintas vaisiais, daržovėmis, žolelėmis ar uogomis)	Se-G6	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			31,2	25,0	81,8	13,9	11,5	2,3	677
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			30,6	21,4	82,2	12,4	11,9	1,7	644
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			29,4	22,9	80,8	18,9	8,7	1,3	647
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			10,5	26,4	105,4	21,1	11,4	1,7	702
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			31,2	25,0	81,8	13,9	11,5	2,3	677

I komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	1,4	2,2	0,9	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti triušienos maltinukai su žalumynais (T)	Se-P17	96/4	20,5	12,1	2,7	0,1	0,6	0,5	202
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	150	6,8	0,3	41,0	0,0	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	7,6	3,5	1,0	125
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	17,0	10,4	3,1	721

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	1,4	2,2	0,9	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Varškės ir cukinijų paplotėliai su spelta miltais (T)	Se-V17	123/66/31	24,5	27,9	29,1	3,6	2,9	1,5	466
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,6	0,0	0,0	21
Pjaustyti pomidorai (A)	Se-D19	130	1,3	0,3	5,3	3,1	2,1	0,0	29
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			29,5	31,3	73,7	16,6	10,3	2,7	694

III komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	1,4	2,2	0,9	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	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	0,8	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	1,3	1,5	0,2	59
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			17,4	16,1	115,4	11,3	15,6	2,1	676

IV komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	1,4	2,2	0,9	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Garuose troškinta triušiena su daržovėmis (T)	Se-P4	66/84	15,4	8,9	8,8	3,5	2,6	0,2	177
Brinkintos kuskuso kruopos (T), (A)	Se-Gr14	120	5,4	0,3	32,8	0,0	0,8	0,4	155
Burokėlių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S17	135	2,1	8,6	12,4	8,2	3,7	1,1	135
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			26,6	20,9	93,3	20,9	12,5	2,8	667

V komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Ryžių kruopų sriuba (T), (A)	Se-Sr29	150	1,9	2,4	15,7	1,4	2,2	0,9	92
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepta vištienos filė (tausojantis)	P020.1	90	32,4	2,6	0,4	2,1	0,0	0,9	154
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	Gr013	150	6,3	1,6	34,7	0,0	4,3	0,0	178
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	120	1,7	6,3	7,8	7,3	2,7	0,4	92
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			44,0	13,6	82,1	18,6	12,3	2,5	624
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			32,9	23,5	94,5	17,0	10,4	3,1	721
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			29,5	31,3	73,7	16,6	10,3	2,7	694
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			17,4	16,1	115,4	11,3	15,6	2,1	676
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			26,6	20,9	93,3	20,9	12,5	2,8	667
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			44,0	13,6	82,1	18,6	12,3	2,5	624

I komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	4,2	3,6	0,1	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti veršienos gabaliukai su baklažanais, morkomis ir paprikomis (T)	Se-J9	63/37	19,1	8,8	5,0	2,5	1,8	0,9	176
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	140	4,9	1,4	32,4	0,3	1,5	0,6	162
Pekino kopūsto salotos su kukurūzais (A)	Se-S30	120	2,1	2,8	12,1	2,4	1,7	0,6	82
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			33,4	15,8	86,0	17,1	11,8	2,4	620

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	4,2	3,6	0,1	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Konvekciniėje krosnyje kepti varškėčiai su obuoliais (T)	Se-V16	138/12	25,7	18,3	37,9	10,4	4,4	0,8	419
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,6	0,0	0,0	21
Pjaustyti švieži agurkai (A)	Se-D20	95	0,8	0,2	2,2	1,3	0,7	0,0	13
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			35,0	22,3	78,2	24,3	11,8	1,2	654

III komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	4,2	3,6	0,1	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Keptuvėje kepti kukurūzų miltų blynai su kokosų gėrimu, bananais ir kriaušėmis (A)	Se-M12	67/35/24/14	4,5	13,4	43,2	7,6	3,4	0,0	312
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	40	0,3	0,2	7,0	3,1	0,8	0,0	31
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (T), (A)	Se-D23	90	0,8	8,5	7,1	4,4	2,5	0,2	108
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			12,8	24,9	93,9	27,0	13,5	0,6	651

IV komplektas Pietūs.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Pomidorų sriuba su avinžirniais (T), (A)	Se-Sr14	150	5,4	2,1	12,9	4,2	3,6	0,1	93
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti jautienos - kiaulienos maltinukai su daržovėmis ir raudonėliu (T)	Se-J10	55/55	16,8	14,6	5,2	1,5	3,6	0,4	219
Virtos sorų kruopos (T), (A)	Se-Gr15	150	5,3	1,5	34,8	0,3	1,6	0,7	173
Pekino kopūsto salotos su kukurūzais (A)	Se-S30	130	2,3	3,0	13,1	2,6	1,9	0,6	89
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			31,6	21,9	89,5	16,4	13,8	2,0	681
I komplektas iš viso (dienos davinio):			33,4	15,8	86,0	17,1	11,8	2,4	620
II komplektas iš viso (dienos davinio):			35,0	22,3	78,2	24,3	11,8	1,2	654
III komplektas iš viso (dienos davinio):			12,8	24,9	93,9	27,0	13,5	0,6	651
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			31,6	21,9	89,5	16,4	13,8	2,0	681

I komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vērtē, g				Skaidulinēs medžiagas, g	Druska, g	Enerģinē vērtē, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jū cukru, g			
Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	1,0	1,8	0,7	60
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Konvekcinėje krosnyje kepti vištienos ir grikių kotletukai (T)	Se-P3	86/64	32,0	6,7	21,1	0,7	1,9	0,3	272
Žiedinių kopūstų piure (T), (A)	Se-Gr10	100	2,9	4,3	6,1	2,7	2,3	0,5	75
Kaliaropių salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	125	1,8	4,1	6,8	3,7	2,4	0,5	72
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			40,6	17,1	67,5	15,9	11,6	2,3	586

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vērtē, g				Skaidulinēs medžiagas, g	Druska, g	Enerģinē vērtē, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jū cukru, g			
Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	1,0	1,8	0,7	60
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje keptas varškės apkepas su mėlynėmis (T)	Se-V3	140/60	26,2	15,8	23,4	10,2	3,2	0,3	341
Natūralus jogurtas 2,5%		50	1,7	1,3	2,1	0,8	0,0	0,1	26
Garuose apkeptos cukinijų lazdelės (T), (A)	Se-D15	125	2,4	4,6	7,5	1,4	1,7	0,4	81
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			34,1	23,6	66,5	21,2	9,9	1,7	615

III komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vērtē, g				Skaidulinēs medžiagas, g	Druska, g	Enerģinē vērtē, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jū cukru, g			
Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	1,0	1,8	0,7	60
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	1,2	1,9	0,3	75
Troškintos šparaginės pupelės su morkomis ir trintais pomidorais (T), (A)	Se-D42	150	3,6	3,7	16,1	6,1	6,9	0,7	112
Garuose keptos bulvytės su rozmariniais (T), (A)	Se-D12	120	3,1	0,9	27,9	0,4	3,7	0,1	132
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais, sezamų sėklomis, apšlakstytos alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S2	135	4,1	21,3	7,9	2,9	5,1	0,1	240
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			15,4	27,9	90,7	18,7	21,2	2,0	676

IV komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Šaldytų daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su pilno grūdo makaronais (T), (A)	Se-Sr21	150	2,1	1,3	10,0	1,0	1,8	0,7	60
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	1,2	1,9	0,3	75
Orkaitėje kepti vištienos ir daržovių iešmeliai (T)	Se-P1	150	25,1	14,3	2,8	2,1	0,9	0,6	240
Žiedinių kopūstų piure (T), (A)	Se-Gr10	140	4,1	6,1	8,6	3,7	3,3	0,7	105
Kaliaropių salotos su agurkais ir morkomis (A)	Se-S31	145	2,1	4,8	7,9	4,3	2,8	0,5	83
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			35,9	27,2	58,1	19,3	12,5	3,0	621
I komplektas iš viso (dienos davinio):			40,6	17,1	67,5	15,9	11,6	2,3	586
II komplektas iš viso (dienos davinio):			34,1	23,6	66,5	21,2	9,9	1,7	615
III komplektas iš viso (dienos davinio):			15,4	27,9	90,7	18,7	21,2	2,0	676
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			35,9	27,2	58,1	19,3	12,5	3,0	621

I komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	1,7	2,8	11,2	2,3	2,2	0,3	77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Kiaulienos troškiny su pupelėmis (T)	Se-K7	90/60	21,8	5,2	19,8	3,5	4,7	0,8	213
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	120	5,3	1,3	29,1	0,3	2,5	0,0	149
Keptų cukinijų, žirnelių ir mėtų salotos (T), (A)	Se-S10	135	4,8	2,2	12,9	2,9	5,2	0,8	91
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			35,4	12,2	96,5	16,9	17,7	2,1	637

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	1,7	2,8	11,2	2,3	2,2	0,3	77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti varškėčiai su špinatais (T)	Se-V13	143/7	26,4	20,4	26,6	4,1	1,6	0,8	395
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,6	0,0	0,0	21
Šviežios, traškios morkytės (A)	Se-D36	95	0,6	0,3	7,5	4,7	2,9	0,1	35
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			31,8	25,2	70,4	19,6	9,9	1,4	636

III komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	1,7	2,8	11,2	2,3	2,2	0,3	77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Lęšių makaronai su troškintų daržovių padažu (T), (A)	Se-Kr26	104/96	16,4	13,1	43,1	5,9	7,8	0,5	356
Agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A)	Se-S1.1	100	1,0	4,0	3,3	1,1	1,4	0,2	53
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			21,0	20,5	81,2	17,2	14,6	1,2	593

IV komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Trinta moliūgų sriuba su moliūgų sėklomis (T), (A)	Se-Sr24	150	1,7	2,8	11,2	2,3	2,2	0,3	77
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti maltos kiaulienos lizdeliai su paprikomis, morkomis ir fermentiniu sūriu (45 %) (T)	Se-K2	50/25/35/10	24,5	12,3	6,8	3,3	1,9	0,7	236
Brinkintos grikių kruopos (T), (A)	Se-Gr16	140	6,2	1,5	34,0	0,3	2,9	0,0	174
Keptų cukinijų, žirnelių ir mėtų salotos (T), (A)	Se-S10	130	4,6	2,1	12,4	2,8	5,0	0,8	87
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			38,8	19,4	87,9	16,6	15,2	2,0	682
I komplektas iš viso (dienos davinio):			35,4	12,2	96,5	16,9	17,7	2,1	637
II komplektas iš viso (dienos davinio):			31,8	25,2	70,4	19,6	9,9	1,4	636
III komplektas iš viso (dienos davinio):			21,0	20,5	81,2	17,2	14,6	1,2	593
IV komplektas iš viso (dienos davinio):			38,8	19,4	87,9	16,6	15,2	2,0	682

I komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Raudonųjų lęšių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	3,3	0,2	10,6	0,6	1,8	0,5	57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Garuose kepta menkės file (T)	Se-Ž3	110	27,1	2,1	0,5	0,0	0,2	0,3	130
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	150	5,3	4,8	32,5	0,2	3,3	0,0	195
Šviežių morkų ir kopūstų salotos su sezamų sėklomis ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S23	130	2,7	12,3	8,8	4,9	4,2	4,0	156
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			40,2	20,2	75,9	13,5	12,7	5,0	646

II komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Raudonųjų lęšių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	3,3	0,2	10,6	0,6	1,8	0,5	57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	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	4,1	1,6	0,2	390
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,3	1,0	1,7	0,6	0,0	0,0	21
Šviežių agurkų lazdelės apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (A)	Se-S1.2	95	0,8	8,2	3,3	1,3	1,1	0,4	90
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			31,5	28,8	70,0	14,4	7,7	1,4	665

III komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Raudonųjų lęšių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	3,3	0,2	10,6	0,6	1,8	0,5	57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje kepti bulgur kruopų ir pupelių rutuliukai (T), (A)	Se-Kr37	108/72	14,1	6,7	53,7	2,5	11,7	0,3	331
Pastarnokų padažas (8,5 % rieb.) (T), (A)	Se-Pa5	40	0,3	3,4	4,3	1,3	1,2	0,1	49
Šviežios tarkuotų cukinijų, morkų ir moliūgų salotos su sezamų ir moliūgų sėklomis (A)	Se-S7	110	2,6	5,7	9,4	4,7	2,9	0,4	100
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			22,2	16,7	101,5	16,9	20,7	1,5	645

IV komplektas Pietūs..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Raudonųjų lęšių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	3,3	0,2	10,6	0,6	1,8	0,5	57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Konvekcinėje krosnyje garuose kepti karpio file maltinukai su daržovėmis (T)	Se-Ž1	80/20	19,2	12,4	4,0	1,5	1,0	0,3	204
Virtos bulgur kruopos (T), (A)	Se-Gr13	140	4,9	4,5	30,4	0,2	3,1	0,0	182
Šviežių morkų ir kopūstų salotos su sezamų sėklomis ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (A)	Se-S23	120	2,5	11,3	8,1	4,5	3,9	3,7	144
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			31,7	29,1	76,6	14,6	12,9	4,7	695

V komplektas Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	iš jų cukrų, g			
		11 m. ir vyr.							11 m. ir vyr.
Raudonųjų lęšių sriuba (T), (A)	Se-Sr18.1	150	3,3	0,2	10,6	0,6	1,8	0,5	57
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	0,8	1,2	0,2	50
Orkaitėje keptos jūrinių lydekų filė (tausojantis)	Ž017	100	21,5	4,3	0,0	1,5	1,3	0,7	124
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	Gr013	160	9,8	2,4	53,9	0,2	4,6	0,0	276
Burokėlių, obuolių ir svogūnų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	S009	130	3,0	9,6	8,3	4,9	2,9	1,0	132
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	7,0	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	0,0	0
Iš viso:			39,4	17,1	96,3	14,9	13,8	2,4	697
I komplektas Iš viso (dienos davinio):			40,2	20,2	75,9	13,5	12,7	5,0	646
II komplektas Iš viso (dienos davinio):			31,5	28,8	70,0	14,4	7,7	1,4	665
III komplektas Iš viso (dienos davinio):			22,2	16,7	101,5	16,9	20,7	1,5	645
IV komplektas Iš viso (dienos davinio):			31,7	29,1	76,6	14,6	12,9	4,7	695
V komplektas Iš viso (dienos davinio):			32,1	15,0	108,8	14,9	13,8	2,4	699