

Šveicarijos progimnazijos direktoriaus
2025 m. rugpjūčio 29 d. įsakymo Nr. 1V-94
4 priedas

JONAVOS R. ŠVEICARIJOS PROGIMNAZIJA

Šviesos g. 8, Šveicarijos k., Šveicarijos s., LT-55302, Jonavos r., tel. (+370 349) 47 280, el. paštas:
rastine@sveicarija.jonava.lm.lt

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11 m. ir vyresni (11-14 metų)

Įstaigos darbo laikas:
Nuo 8.00 iki 17.00 val.

1 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr201	150.00	1.25	1.16	7.86	47
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	V201	210.00	31.54	15.26	50.02	464
Grietinės 30% padažas (tausojantis)	Pd202	45.00	1.58	9.23	3.49	103
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Kriaušės	Vs004	150.00	0.6	0.45	20.1	87
Iš viso:			37.22	28.45	91.33	770

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr201	150.00	1.25	1.16	7.86	47
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Grietinėleje 35% troškinta kalakutienos filė su morkomis (tausojantis)	P201	160.00	28.89	13.57	6.67	264
Bulvių košė (tausojantis)	G201	150.00	3.38	5.7	24.29	162
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	D301	80.00	1.12	1.23	4.85	35
Daržovių rinkinukas Nr.1 (morkų lazdelės, agurkai) D201-25/25		50.00	0.45	0.1	2.76	14
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Kriaušės	Vs004	150.00	0.6	0.45	20.1	87
Iš viso:			37.94	24.56	76.39	678
Iš viso (dienos davinio):			75.16	53.01	167.72	1449

1 Savaitė, Antradienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (ankštinis) (augalinis) (tausojantis)	Sr202	150.00	2.52	1.7	10.95	69
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)	Ž204	160.00	20.45	8.3	24.5	255
Virtos bulvės (augalinis)	G204	130.00	2.68	0.13	24.51	110
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	D302	80.00	1	5.73	8.01	88
Daržovių rinkinukas Nr.2 (morkų lazdelės, pomidorai) D202-25/25		50.00	0.5	0.1	3.21	16
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Vynuogės	Vs007	150.00	1.05	0.6	26.4	115
Iš viso:			30.45	18.91	107.44	722

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (ankštinis) (augalinis) (tausojantis)	Sr202	150.00	2.52	1.7	10.95	69
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Lietiniai su vištiena (kumpelių mėsa)	P208	190.00	30.64	8.46	39.4	356
Grietinės 30% padažas (tausojantis)	Pd202	45.00	1.58	9.23	3.49	103
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Vynuogės	Vs007	150.00	1.05	0.6	26.4	115
Iš viso:			38.04	22.34	90.1	714
Iš viso (dienos davinio):			68.49	41.25	197.54	1435

1 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (ankštinis) (augalinis) (tausojantis)	Sr203	150.00	3.8	1.25	12.49	76
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Kiaulienos (mentės) maltinukas (tausojantis)	K201	100.00	16.86	19.62	4.44	262
Virti miežiniai perliukai (tausojantis) (augalinis)	G205	100.00	3.59	0.45	24.76	117
Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)	D303	80.00	0.63	4.14	1.85	47
Daržovių rinkinukas Nr. 5 (pomidorai/paprika) D205-25/25		50.00	0.58	0.18	2.68	15
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Obuoliai	Vs006	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			28.31	28.59	75.58	673

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (ankštinis) (augalinis) (tausojantis)	Sr203	150.00	3.8	1.25	12.49	76
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Sklindžiai su varške 9%	M203	180.00	21.83	18.76	61.24	501
Jogurtas ACTIFEEL graikiško tipo 0,2% rieš.		30.00	2.7	0.06	1.23	16
Trintos uogos braškės	Pd301	30.00	0.28	0.12	4.97	22
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Obuoliai	Vs006	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			31.46	23.14	109.29	771
Iš viso (dienos davinio):			59.77	51.73	184.87	1444

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr204	150.00	1.26	1.65	9.58	58
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Vištienos ir grikių troškiny su morkomis ir pomidorais (tausojantis)	P202	260.00	29.28	13.34	42.2	406
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	D304	90.00	0.83	4.15	2.69	51
Daržovių rinkinukas Nr.4 (paprikos, morkos) D204-25/25		50.00	0.58	0.18	3.83	19
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Bananai	Vs002	150.00	1.8	0.45	34.65	150
Iš viso:			36	22.12	102.81	754

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr204	150.00	1.26	1.65	9.58	58
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Mieliniai blynai	M204	150.00	13.61	15.59	53.24	408
Jogurtas ACTIFEEL graikiško tipo 0,2%rieb.		40.00	3.6	0.08	1.64	22
Trintos uogos braškės	Pd301	40.00	0.37	0.16	6.63	29
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Bananai	Vs002	150.00	1.8	0.45	34.65	150
Iš viso:			22.89	20.28	115.6	736
Iš viso (dienos davinio):			58.89	42.4	218.41	1491

1 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	Sr205	150.00	1.51	1.57	12.42	70
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Jautienos (kumpio) - kiaulienos (kumpio) maltinukas (tausojantis)	K202	100.00	24.48	11.93	6.6	232
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	G207	100.00	3.23	0.59	24.82	118
Morkų, obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	D305	80.00	1.8	9.14	7.96	121
Daržovių rinkinukas Nr.3 (agurkai, paprikos) D203-25/25		50.00	0.53	0.18	2.23	13
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Apelsinai	Vs001	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			35	26.06	80.39	696

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	Sr205	150.00	1.51	1.57	12.42	70
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Virti spagečiai (augalinis) (tausojantis)	M200	160.00	7.17	5.91	39.7	241
Troškintos maltos jautienos (kumpis) - kiaulienos (kumpis) padažas (tausojantis)	K206	120.00	24.35	13.66	3.94	236
Daržovių rinkinukas Nr.3 (agurkai, paprikos) D203-25/25		50.00	0.53	0.18	2.23	13
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Apelsinai	Vs001	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			37.01	23.97	84.65	702
Iš viso (dienos davinio):			72.01	50.03	165.04	1398

2 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr221	150.00	4.51	2.57	18.01	113
Juoda duona su saulėgrąžomis		25.00	2.75	2.9	11.58	83
Kiaulienos (kumpio) guliašas (tausojantis)	K203	150.00	24.36	11.48	7.76	232
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	G207	110.00	3.56	0.65	27.3	129
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	D306	80.00	1.64	4.5	7.26	76
Daržovių rinkinukas Nr. 5 (pomidorai/paprika) D205-25/25		50.00	0.58	0.18	2.68	15
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Obuoliai	Vs006	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			38.05	22.91	94.69	737

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr221	150.00	4.51	2.57	18.01	113
Juoda duona su saulėgrąžomis		25.00	2.75	2.9	11.58	83
Kapotos vištienos filė kepsniukai (tausojantis)	P210	110.00	24.08	10.28	11.71	236
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	G208	100.00	3.41	0.15	29.65	134
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	D306	80.00	1.64	4.5	7.26	76
Daržovių rinkinukas Nr. 5 (pomidorai/paprika) D205-25/25		50.00	0.58	0.18	2.68	15
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Obuoliai	Vs006	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			37.62	21.21	100.99	745
Iš viso (dienos davinio):			75.67	44.12	195.68	1482

2 Savaitė, Antradienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr207	150.00	1.46	2.12	10.69	68
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Kepta viščiukų broilerių krūtinėlės filė (tausojantis)	P203	110.00	29.1	12.53	7.59	260
Bulvių košė (tausojantis)	G201	130.00	2.93	4.94	21.05	140
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	D304	90.00	0.83	4.15	2.69	51
Daržovių rinkinukas Nr.4 (paprikos, morkos) D204-25/25		50.00	0.58	0.18	3.83	19
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Kriaušės	Vs004	150.00	0.6	0.45	20.1	87
Iš viso:			37.75	26.72	75.81	695

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr207	150.00	1.46	2.12	10.69	68
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	V203	200.00	30.43	18.95	32.89	424
Jogurtas ACTIFEEL graikiško tipo 0,2% rieš.		30.00	2.7	0.06	1.23	16
Trintos uogos braškės	Pd301	30.00	0.28	0.12	4.97	22
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Kriaušės	Vs004	150.00	0.6	0.45	20.1	87
Iš viso:			37.72	24.05	79.74	686
Iš viso (dienos davinio):			75.47	50.77	155.55	1381

2 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr208	150.00	1.16	1.16	6.84	42
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Orkaitėje kepti lašišų kšneliai (tausojantis)	Ž202	100.00	28.47	20.17	0.27	296
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	G208	120.00	4.1	0.18	35.58	160
Daržovių rinkinukas Nr.3 (agurkai, paprikos) D203-50/50		100.00	1.05	0.35	4.45	25
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Bananai	Vs002	150.00	1.8	0.45	34.65	150
Iš viso:			38.83	24.66	91.65	744

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr208	150.00	1.16	1.16	6.84	42
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Lietiniai su varškės įdaru	M206	180.00	22.38	19.25	45.75	446
Jogurtas ACTIFEEL graikiško tipo 0,2% rieš.		30.00	2.7	0.06	1.23	16
Trintos uogos braškės	Pd301	30.00	0.28	0.12	4.97	22
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Bananai	Vs002	150.00	1.8	0.45	34.65	150
Iš viso:			30.57	23.39	103.3	746
Iš viso (dienos davinio):			69.4	48.05	194.95	1490

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr209	150.00	1.76	6.12	13.3	115
Plovas su vištiena (tausojantis)	P209	210.00	31.85	4.54	48.14	361
Virtų burokėlių salotos su avinžirniais ir raugintais agurkais (augalinis)	D310	80.00	2.87	4.69	12	102
Daržovių rinkinukas Nr.1 (morkų lazdelės, agurkai) D201-25/25		50.00	0.45	0.1	2.76	14
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Kiviai	Vs003	150.00	1.5	0.9	20.85	98
Iš viso:			38.48	16.38	97.65	692

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr209	150.00	1.76	6.12	13.3	115
Sklindžiai su obuoliais	M207	170.00	13.97	15.84	71.29	484
Jogurtas ACTIFEEL graikiško tipo 0,2%rieb.		30.00	2.7	0.06	1.23	16
Trintos uogos braškės	Pd301	30.00	0.28	0.12	4.97	22
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Kiviai	Vs003	150.00	1.5	0.9	20.85	98
Iš viso:			20.26	23.07	112.24	738
Iš viso (dienos davinio):			58.74	39.45	209.89	1430

2 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bolivine balanda (augalinis) (tausojantis)	Sr210	150.00	5.3	2.28	15.4	103
Virtų bulvių blynėliai su kiaulienos kumpiu (žemaičių blynai)	Dp201	240.00	21.2	14.56	63.81	471
Sviesto 82% - grietinės 30% padažas (tausojantis)	Pd204	45.00	1.06	21.44	1.35	203
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Vynuogės	Vs007	150.00	1.05	0.6	26.4	115
Kefyras, 2,5 %		150.00	4.8	3.75	7.2	82
Iš viso:			33.46	42.66	114.76	977

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bolivine balanda (augalinis) (tausojantis)	Sr210	150.00	5.3	2.28	15.4	103
Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis)	K211	100.00	23.54	10.93	6.03	217
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	G209	100.00	4.89	1.2	26.85	138
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	D308	80.00	2.34	4.79	9.5	90
Daržovių rinkinukas Nr.6 (agurkai, pomidorai, paprika) D206-30/30/30		90.00	0.93	0.27	3.9	22
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Vynuogės	Vs007	150.00	1.05	0.6	26.4	115
Iš viso:			38.1	20.1	88.68	688
Iš viso (dienos davinio):			71.56	62.76	203.44	1665

3 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių (bulvių, morkų, kopūstų, žirnelių) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr211	150.00	1.6	3.2	9.32	72
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Plovai su kiauliena (tausojantis)	K204	210.00	26.99	12.74	49.67	421
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	D301	80.00	1.12	1.23	4.85	35
Daržovių rinkinukas Nr.7 (mar. agurkų lazdelės) D207-80		80.00	0.24	0.16	1.84	10
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Apelsinai	Vs001	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			33.4	19.98	92.04	682

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių (bulvių, morkų, kopūstų, žirnelių) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr211	150.00	1.6	3.2	9.32	72
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Varškės 9% spygliukai (tausojantis)	V202	190.00	23.37	13.14	40.83	375
Grietinės 30% padažas (tausojantis)	Pd202	35.00	1.23	7.18	2.71	80
Trintos uogos braškės	Pd301	30.00	0.28	0.12	4.97	22
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Apelsinai	Vs001	150.00	1.2	0.3	16.5	74
Iš viso:			29.93	26.29	84.19	693
Iš viso (dienos davinio):			63.33	46.27	176.23	1375

3 Savaitė, Antradienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ukrainietiška barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr222	150.00	1.05	1.17	6.55	41
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Bulvių plokštainis su vištiena	Dp202	220.00	19.08	5.75	40.24	289
Sviesto 82% - grietinės 30% padažas (tausojantis)	Pd204	45.00	1.06	21.44	1.35	203
Kefyras, 2,5 %		150.00	4.8	3.75	7.2	82
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Kiviai	Vs003	150.00	1.5	0.9	20.85	98
Iš viso:			29.74	35.36	86.05	781

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ukrainietiška barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr222	150.00	1.05	1.17	6.55	41
Virtos pienoškos dešrelės (tausojantis)	K210	100.00	13	27	1.1	299
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	G209	120.00	5.87	1.44	32.22	165
Pomidorų padažas		25.00	0.33	0.13	1.75	9
Daržovių rinkinukas Nr.6 (agurkai, pomidorai, paprika) D206-30/30/30		90.00	0.93	0.27	3.9	22
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Kiviai	Vs003	150.00	1.5	0.9	20.85	98
Iš viso:			22.73	30.94	66.97	637
Iš viso (dienos davinio):			52.47	66.3	153.02	1419

3 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr213	150.00	2.2	2.06	16.34	93
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Kepta jūrinių lydekų filė su sezamo sėklomis (tausojantis)	Ž205	140.00	25.61	12.05	1.29	216
Bulvių košė (tausojantis)	G201	150.00	3.38	5.7	24.29	162
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir aliejumi (augalinis)	D309	80.00	1.92	4.07	5.23	65
Daržovių rinkinukas Nr.3 (agurkai, paprikos) D203-25/25		50.00	0.53	0.18	2.23	13
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Obuoliai	Vs006	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			36.49	27.01	78.74	704

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr213	150.00	2.2	2.06	16.34	93
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Traški vištiena	P206	140.00	27.23	9.86	17.82	269
Bulvių košė (tausojantis)	G201	120.00	2.7	4.56	19.43	130
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir aliejumi (augalinis)	D309	80.00	1.92	4.07	5.23	65
Daržovių rinkinukas Nr.3 (agurkai, paprikos) D203-25/25		50.00	0.53	0.18	2.23	13
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Obuoliai	Vs006	150.00	0.6	0.6	19.5	86
Iš viso:			37.43	23.68	90.41	724
Iš viso (dienos davinio):			73.92	50.69	169.15	1428

3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr223	150.00	1.32	2.82	8.53	65
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa be odos (tausojantis)	P211	100.00	34.32	3.99	0.15	174
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	G207	100.00	3.23	0.59	24.82	118
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	D304	90.00	0.83	4.15	2.69	51
Daržovių rinkinukas Nr.4 (paprikos, morkos) D204-25/25		50.00	0.58	0.18	3.83	19
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Bananai	Vs002	150.00	1.8	0.45	34.65	150
Iš viso:			44.33	14.53	84.53	646

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr223	150.00	1.32	2.82	8.53	65
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Bananiniai blynėliai	M209	150.00	11.39	13.83	56.96	398
Jogurtas ACTIFEEL graikiško tipo 0,2% riebus		30.00	2.7	0.06	1.23	16
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Bananai	Vs002	150.00	1.8	0.45	34.65	150
Iš viso:			19.46	19.51	111.23	698

Pietūs (III) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai (tausojantis)	Sr220	250.00	8.71	6.3	14.26	149
Virtos bulvės (augalinis)	G204	100.00	2.06	0.1	18.85	85
Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa be odos (tausojantis)	P211	100.00	34.32	3.99	0.15	174
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	G207	100.00	3.23	0.59	24.82	118
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	D304	90.00	0.83	4.15	2.69	51
Daržovių rinkinukas Nr.4 (paprikos, morkos) D204-25/25		50.00	0.58	0.18	3.83	19
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Bananai	Vs002	150.00	1.8	0.45	34.65	150
Iš viso:			51.58	15.79	99.85	748

Pietūs (IV) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai (tausoįantis)	Sr220	250.00	8.71	6.3	14.26	149
Virtos bulvės (augalinis)	G204	100.00	2.06	0.1	18.85	85
Bananiniai blyneliai	M209	150.00	11.39	13.83	56.96	398
Jogurtas ACTIFEEL graikiško tipo 0,2%rieb.		30.00	2.7	0.06	1.23	16
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Bananai	Vs002	150.00	1.8	0.45	34.65	150
Iš viso:			26.71	20.77	126.55	800
Iš viso (dienos davinio):			142.08	70.6	422.16	2892

3 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su miežių kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr215	150.00	1.82	1.79	13.51	77
Grietinė, 30 %		5.00	0.12	1.5	0.16	15
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Šviežių kopūstų balandėliai įdaryti kiauliena ir ryžiais (tausojantis)	K205	240.00	23.47	10.74	20.84	274
Bulvių košė (tausojantis)	G201	150.00	3.38	5.7	24.29	162
Daržovių rinkinukas Nr.6 (agurkai, pomidorai, paprika) D206-30/30/30		90.00	0.93	0.27	3.9	22
Kefyras, 2,5 %		150.00	4.8	3.75	7.2	82
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Mandarinai	Vs005	150.00	1.05	0.45	14.1	65
Iš viso:			37.82	26.55	93.86	766

Pietūs (II) 12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su miežių kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr215	150.00	1.82	1.79	13.51	77
Grietinė, 30 %		5.00	0.12	1.5	0.16	15
Juoda duona su saulėgrąžomis		20.00	2.2	2.32	9.26	67
Virti makaronai su vištiena ir daržovėmis (tausojantis)	M202	280.00	25.74	11.39	58.04	438
Daržovių rinkinukas Nr.6 (agurkai, pomidorai, paprika) D206-30/30/30		90.00	0.93	0.27	3.9	22
Vanduo su citrina	Gr001	150.00	0.05	0.03	0.6	3
Mandarinai	Vs005	150.00	1.05	0.45	14.1	65
Iš viso:			31.91	17.75	99.57	686
Iš viso (dienos davinio):			69.73	44.3	193.43	1451