

1 savaitė**Pirmadienis**

2018 11 05

Pusryčiai 9.00 val**6-10 metų vaikams**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojančias)	98	200	-	-	-	-
Trintos uogos su cukrumi	15a	20	-	-	-	-
Arbata (be cukraus)	1	200	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pietūs**1 variantas****6-10 metų vaikams**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojančias)(augalinis)	11	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) apkepas (tausojančias)	84	150	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	20	-	-	-	-
Šviežių kopūstų, svogūnų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	1	70	-	-	-	-
Švieži agurkai	43	20	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas**6-10 metų vaikams**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojančias)(augalinis)	11	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos troškiny su ankštinėmis daržovėmis (tausojančias)	2	50/100	-	-	-	-
Šviežių kopūstų, svogūnų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	1	60	-	-	-	-
Švieži agurkai	43	20	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pusryčiai 9.00 val

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	27	200	-	-	-	-
Arbata su pienu (be cukraus)	1	200	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	1	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	1	120	-	-	-	-
Bulvių košė su šviežiomis daržovėmis (kopūstai, morkos) ir žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	10	80	-	-	-	-
Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12b	80	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	1	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Mieliniai blynai	67	120	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12b	70	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pusryčiai 9.00 val

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	92	200	-	-	-	-
Trintos uogos su cukrumi	15a	20	-	-	-	-
Arbata (be cukraus)	1	200	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepta paukštienos file	31	75	-	-	-	-
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	6	80	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	60	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Virti varškėčiai (9%)(tausojantis)	82	150	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	70	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pusryčiai 9.00 val

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	21	200	-	-	-	-
Kakava su pienu (2,5%) (be cukraus)	5	200	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštinių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) maltinis (tausojantis)	44	75	-	-	-	-
Virtos bulvės (tausojantis)	1	80	-	-	-	-
Burokėlių salotos su pakepintais svogūnais ir aliejumi (augalinis)	16	60	-	-	-	-
Marinuoti agurkai	45	20	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštinių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Bulvių plokštainis	47	150	-	-	-	-
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 %) su žalumynais	215	20	-	-	-	-
Burokėlių salotos su pakepintais svogūnais ir aliejumi (augalinis)	16	70	-	-	-	-
Marinuoti agurkai	45	20	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pusryčiai 9.00 val

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	16	80	-	-	-	-
Majonezas 34%	18	10	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Pomidorai (augalinis)	44	50	-	-	-	-
Arbata (be cukraus)	1	200	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	26	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepti varškėčiai (9%)(tausojantis)	83	120	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	20	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai)(augalinis)	10	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	26	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos plovai (tausojantis)	3	50/100	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai)(augalinis)	10	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-