

6-10 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Penktadienis
---------------------------	-------------	--------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avių kruopų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T 3	250	8,06	5,99	41,79	253,34
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0,52	0,52	16,9	74,36
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,85</b>	<b>6,63</b>	<b>61,6</b>	<b>341,5</b>

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Špinatų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT 2	150	1,075	1,716	9,048	55,933
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis)	9-7/146T 2	160 (110/50)	13,887	3,873	33,738	225,352
II-Kapotos lašišos kepsnelis (tausojantis)	11-5/101T 4	70	22,08	5,3	7,46	165,85
Pilno grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	SMP 6-3/61AT	100	4,622	1,983	24,557	134,565
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 3	110	1,31	5,76	4,12	73,54
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	SMP 30/1 1	200	0	0	1,8	8
<b>Iš viso:</b>			<b>22,824</b>	<b>15,472</b>	<b>92,363</b>	<b>600,89</b>
<b>Iš viso II variantas</b>			<b>26,395</b>	<b>14,916</b>	<b>41,528</b>	<b>406,823</b>

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Omletas su pomidorais (tausojantis)	8-8/161T 3	110	9,41	8,48	2,86	125,38
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Vaisių (bananai, apelsinai, persikai, kivi ir t.t.) salotos (augalinis)	p	100	1,947	3,555	19,545	117,957
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 8	200	0	0,0	0	0
<b>Viso</b>			<b>13,157</b>	<b>12,675</b>	<b>41,365</b>	<b>332,137</b>
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			<b>44,831</b>	<b>34,777</b>	<b>195,328</b>	<b>1274,527</b>
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			<b>48,402</b>	<b>34,221</b>	<b>144,493</b>	<b>1080,46</b>

Direktorė  
Dalia Kugienė

Technologė Olga Kostyeva

6-10 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Penktadienis
---------------------------	-----------	--------------

**Pusryčiai 8.30val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/34AT 4	250	7,063	4,738	36,313	216,138
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3	5,88	66,84
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,813</b>	<b>8,258</b>	<b>58,103</b>	<b>353,978</b>

**Pietūs 12.00val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT 1	150	1,91	4,75	11,38	95,88
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Vištenos troškiny su daržovėmis ir grietinėle (tausojantis)	10-5/112T 3	120(70/50)	18,76	8,36	20,55	232,51
II- Kepta su garais lašišos/menkės garinukas (tausojantis)	9-7/144T 5	80	20,52	0,37	0,02	85,49
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 2	110	3,29	2,8	25,19	139,12
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	110	1,41	10,72	6,17	126,75
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 3	70	0,56	0,14	1,61	9,94
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	SMP 30/1 1	200	0,40	0,00	1,40	8,00
<b>Iš viso: I variantas</b>			<b>27,936</b>	<b>28,586</b>	<b>75,001</b>	<b>669,942</b>
<b>Iš viso: II variantas</b>			<b>24,361</b>	<b>17,34</b>	<b>19,108</b>	<b>479,88</b>

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Lietiniai blynai su sūrio įdaru (tausojantis)	SMP 7-8/ 200 2	120/80	17,19	20,48	24,44	353,87
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 3	20	0,38	6,00	0,62	58,4
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			<b>17,57</b>	<b>26,48</b>	<b>25,06</b>	<b>412,27</b>
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			<b>57,319</b>	<b>63,324</b>	<b>158,164</b>	<b>1436,19</b>
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			<b>53,744</b>	<b>52,078</b>	<b>102,271</b>	<b>1246,128</b>

Direktorė  
Dalia Kugienė



Edukologė Olga Čiastygaitė

