

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė	36A	50	3,59	14,20	0,47	143,52
Pomidorų padažas		20	0,78	0,10	4,74	22,00
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			4,37	14,30	5,21	170,73

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	87A	97.5/32.5	18,84	14,46	16,67	272,47
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40	0,75	2,04	15,32	79,76
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			19,64	16,53	32,63	354,40

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su mėsa	50A	100	8,28	5,40	21,86	166,33
Sviesto -grietinės padažas	5P	20	0,30	3,71	0,38	36,21
Nesaldinta čiobrelių arbata	1Gēr	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			8,63	9,01	22,88	204,71

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	72A	150	12,41	15,21	54,82	394,33
Saldus - grietinės padažas	8P	40	0,61	2,55	1,07	30,60
Ekologiškas pienas		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			18,12	21,51	63,24	508,93

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai	82A	100/15	9,87	5,55	2,16	98,67
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Kefyras 2.5 %		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			15,65	11,30	10,35	212,67

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	89.A	150	18,00	10,04	30,48	285,19
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	21G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			18,77	19,07	32,05	375,26

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (tausojantis)	80A	50/50	11,89	5,72	23,93	191,23
Sviesto-jogurtinės grietinės padažas	5P	30	0,81	12,10	1,22	116,34
Kepti obuoliai	8D	150	0,75	0,75	24,38	99,38
Nesaldinta mėtų arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,45	18,57	49,53	406,95

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių-varškės kukulaičiai (tausojantis)	90A	75/75	16,02	7,79	33,68	267,69
Jogurtinės grietinės padažas 10%	2P	30	0,78	2,80	2,10	36,46
Nesaldinta čiborelių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,80	10,59	35,78	304,15

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su obuoliais (kvietiniai pilno grūdo miltai)	78A	150	11,29	12,27	53,57	359,84
Saldus grietinės padažas	8P	20	0,38	1,02	7,66	39,88
Nesaldinta čiborelių arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,67	13,29	61,23	399,72

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių mišinio (žied.kopūstai, morkos, ž.žirnelai, šparaginės pupelės, briuselio kopūstai) troškiny su dešrelėmis (tausojantis)	59A	75/75	8,17	29,13	8,26	315,84
Kefyro gėrimas		200	6,60	1,00	8,20	68,00
Iš viso:			14,77	30,13	16,46	383,84

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške (varškė 9%), (tausojantis)	74A	100/50	18,15	12,14	36,72	326,38
Saldus grietinės padažas	8P	40	0,55	6,12	15,10	115,06
Nesaldinta čiobrelių arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,70	18,26	51,82	441,44

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių-varškės voleliai (varškė 9%, tausojantis)	55A	150	8,01	4,04	43,39	238,05
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Kefyras 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			15,49	11,04	54,03	382,05

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (9%) (pilno grūdo miltai, tausojantis)	83A	140	24,04	14,99	23,20	321,44
Trinti ananai su trintomis barškėmis	14D	65/35	1,64	0,34	18,41	77,40
Nesaldinta melisos arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,68	15,33	41,61	398,84

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių (nešlifuoju) košė (tausojantis)	98A	200	6,56	7,47	38,73	241,48
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	80/20	1,44	0,42	15,73	67,75
Nesaldinta mėtų arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,00	7,89	54,46	309,23

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150	22,58	15,55	24,70	331,31
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40	0,75	2,04	15,32	79,76
Nesaldinta čiobrelių arabata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			23,33	17,59	40,02	411,07

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	117A	200	8,67	7,30	36,67	238,63
Uogų desertas su jogurtu	2D	80/20	1,16	0,47	6,98	29,80
Ekologiškas pienas 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
Iš viso:			16,63	12,77	53,45	380,43

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (viso grūdo miltai, tausojantis)	82A	150	20,60	10,12	33,53	302,83
Saldus grietinės padažas 30%	17P	40	0,55	6,12	15,10	115,06
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	150	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			21,19	16,26	49,11	419,52

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė (tausojantis)	96A	150	5,91	2,52	28,92	155,21
Uogienė	19P	40	0,12	0,00	28,36	108,40
Ekologiškas pienas 2.5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			11,13	6,27	64,63	347,61

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių voleliai (tausojantis)	54A	150	3,31	1,03	48,57	212,20
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40	1,36	4,00	1,68	48,00
Kefyras 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			11,47	10,03	60,05	380,20

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	64A	150	8,72	8,07	33,55	252,26
Natūralus pomidorų padažas		30	1,17	0,15	7,11	33,00
Nesaldinta čiobrelių arabata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,89	8,22	40,66	285,26

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kr.košė (tausojantis)	97A	200	9,86	4,12	40,12	234,05
Uogienė	19P	40	0,12	0,00	28,36	108,40
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,98	4,12	68,48	342,45

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	87A	97.5/32.5	18,84	14,46	16,67	272,47
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40	0,75	2,04	15,32	79,76
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			19,64	16,53	32,63	354,40

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške (tausojantis)	65A	60/40	16,10	10,66	20,98	153,05
Jogurtas su barškėmis		125	3,38	3,13	18,63	116,25
Nesaldinta čiobrelių arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			19,48	13,79	39,61	269,30

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kr. košė su morkomis (tausojantis)	118A	200	8,58	5,58	38,29	224,11
Sviesto-jogurtinės grietinės padažas	5P	20	0,54	8,07	0,81	77,56
Ekologiškas pienas		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			14,22	17,40	46,45	385,67

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių-varškės kukuliai (tausojantis)	57A	85.5/64.5	11,57	9,64	38,01	244,95
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Kefyras 2.5 %		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			17,35	15,39	46,20	358,95

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas	85A	100	12,00	6,75	2,63	120,00
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	21G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			12,77	15,78	4,20	210,07

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė	36A	50	3,59	14,20	0,47	143,52
Pomidorų padažas		20	0,00	0,00	0,00	0,00
Švieži agurkai	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Nesaldinta mėtų arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,99	14,30	1,62	149,02

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai	53A	100				
Sviesto -grietinės padažas	5P	20				
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	46A	100	2,44	0,12	22,33	98,82
Sviesto -grietinės padažas	5P	30	0,81	12,10	1,22	116,34
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,25	12,22	23,55	215,16

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	74A	100/50	18,15	12,14	36,72	326,38
Sviesto -grietinės padažas	5P	30	0,81	12,10	1,22	116,34
Iš viso:			18,96	24,24	37,94	442,72

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške (varškė 9%),(tausojantis)	74A	100/50	18,15	12,14	36,72	326,38
Saldus grietinės padažas	8P	40	0,55	6,12	15,10	115,06
Nesaldinta čiobrelių arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,70	18,26	51,82	441,44

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių-varškės voleliai (varškė 9%, tausojantis)	55A	150	8,01	4,04	43,39	238,05
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Kefyras 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			15,49	11,04	54,03	382,05

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (9%) (pilno grūdo miltai, tausojantis)	83A	140	24,04	14,99	23,20	321,44
Trinti ananai su trintomis barškėmis	14D	65/35	1,64	0,34	18,41	77,40
Nesaldinta melisos arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,68	15,33	41,61	398,84

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių (nešlifuočių) košė (tausojantis)	98A	200	6,56	7,47	38,73	241,48
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	80/20	1,44	0,42	15,73	67,75
Nesaldinta mėtų arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,00	7,89	54,46	309,23

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150	22,58	15,55	24,70	331,31
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40	0,75	2,04	15,32	79,76
Nesaldinta čiobrelių arabata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			23,33	17,59	40,02	411,07

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	117A	200	8,67	7,30	36,67	238,63
Uogų desertas su jogurtu	2D	80/20	1,16	0,47	6,98	29,80
Ekologiškas pienas 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
Iš viso:			16,63	12,77	53,45	380,43

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (viso grūdo miltai, tausojantis)	82A	150	20,60	10,12	33,53	302,83
Saldus grietinės padažas 30%	17P	40	0,55	6,12	15,10	115,06
Nesaldinta erškėtožių arbata su citrina	2G	150	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			21,19	16,26	49,11	419,52

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė (tausojantis)	96A	150	5,91	2,52	28,92	155,21
Uogienė	19P	40	0,12	0,00	28,36	108,40
Ekologiškas pienas 2.5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			11,13	6,27	64,63	347,61

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių voleliai (tausojantis)	54A	150	3,31	1,03	48,57	212,20
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40	1,36	4,00	1,68	48,00
Kefyras 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			11,47	10,03	60,05	380,20

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	64A	150	8,72	8,07	33,55	252,26
Natūralus pomidorų padažas		30	1,17	0,15	7,11	33,00
Nesaldinta čiobrelių arabata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,89	8,22	40,66	285,26

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kr.košė (tausojantis)	97A	200	9,86	4,12	40,12	234,05
Uogienė	19P	40	0,12	0,00	28,36	108,40
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,98	4,12	68,48	342,45

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	87A	97.5/32.5	18,84	14,46	16,67	272,47
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40	0,75	2,04	15,32	79,76
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			19,64	16,53	32,63	354,40

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške (tausojantis)	65A	60/40	16,10	10,66	20,98	153,05
Jogurtas su barškėmis		125	3,38	3,13	18,63	116,25
Nesaldinta čiobrelių arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			19,48	13,79	39,61	269,30

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kr. košė su morkomis (tausojantis)	118A	200	8,58	5,58	38,29	224,11
Sviesto-jogurtinės grietinės padažas	5P	20	0,54	8,07	0,81	77,56
Ekologiškas pienas		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			14,22	17,40	46,45	385,67

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių-varškės kukuliai (tausojantis)	57A	85.5/64.5	11,57	9,64	38,01	244,95
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Kefyras 2.5 %		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			17,35	15,39	46,20	358,95

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas	85A	100	12,00	6,75	2,63	120,00
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	21G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			12,77	15,78	4,20	210,07

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė	36A	50	3,59	14,20	0,47	143,52
Pomidorų padažas		20	0,00	0,00	0,00	0,00
Švieži agurkai	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Nesaldinta mėtų arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,99	14,30	1,62	149,02

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai	53A	100				
Sviesto -grietinės padažas	5P	20				
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	46A	100	2,44	0,12	22,33	98,82
Sviesto -grietinės padažas	5P	30	0,81	12,10	1,22	116,34
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,25	12,22	23,55	215,16

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	74A	100/50	18,15	12,14	36,72	326,38
Sviesto -grietinės padažas	5P	30	0,81	12,10	1,22	116,34
Iš viso:			18,96	24,24	37,94	442,72

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė	36A	50	3,59	14,20	0,47	143,52
Pomidorų padažas		20	0,00	0,00	0,00	0,00
Nesaldinta čiobrelių arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,59	14,20	0,47	143,52

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai	72A	100	2,35	0,29	16,32	75,90
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Kefyras 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			9,83	7,29	26,96	219,90

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (9%) (pilno grūdo miltai, tausojantis)	83A	140	24,04	14,99	23,20	321,44
Trinti ananai su trintomis barškėmis	14D	65/35	1,64	0,34	18,41	77,40
Nesaldinta melisos arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,68	15,33	41,61	398,84

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai	82A	100/15	9,87	5,55	2,16	98,67
Sviesto -grietinės padažas	5P	20	0,30	3,71	0,38	36,21
Nesaldinta mėtų arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,17	9,26	2,54	134,88

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150	22,58	15,55	24,70	331,31
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40	0,75	2,04	15,32	79,76
Nesaldinta čiobrelių arabata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			23,33	17,59	40,02	411,07

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	117A	200	8,67	7,30	36,67	238,63
Uogų desertas su jogurtu	2D	80/20	1,16	0,47	6,98	29,80
Ekologiškas pienas 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
Iš viso:			16,63	12,77	53,45	380,43

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (viso grūdo miltai, tausojantis)	82A	150	20,60	10,12	33,53	302,83
Saldus grietinės padažas 30%	17P	40	0,55	6,12	15,10	115,06
Nesaldinta erškėtožių arbata su citrina	2G	150	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			21,19	16,26	49,11	419,52

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė (tausojantis)	96A	150	5,91	2,52	28,92	155,21
Uogienė	19P	40	0,12	0,00	28,36	108,40
Ekologiškas pienas 2.5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			11,13	6,27	64,63	347,61

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių voleliai (tausojantis)	54A	150	3,31	1,03	48,57	212,20
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40	1,36	4,00	1,68	48,00
Kefyras 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			11,47	10,03	60,05	380,20

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	64A	150	8,72	8,07	33,55	252,26
Natūralus pomidorų padažas		30	1,17	0,15	7,11	33,00
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,89	8,22	40,66	285,26

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai	53A	100	8,42	7,49	25,44	200,73
Sviesto -grietinės padažas	5P	20	0,22	3,71	0,38	36,21
Ekologiškas pienas 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
Iš viso:			15,44	16,20	35,62	348,94

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (viso grūdo miltai, tausojantis)	82A	150	20,60	10,12	33,53	302,83
Saldus grietinės padažas 30%	17P	40	0,55	6,12	15,10	115,06
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	2G	150	0,04	0,02	0,48	1,63
Iš viso:			21,19	16,26	49,11	419,52

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su obuoliais	78A	100	7,53	8,18	35,71	239,89
Uogienė	19P	40	0,00	0,00	28,36	108,40
Ekologiškas pienas 2.5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			12,63	11,93	71,42	432,29

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių voleliai (tausojantis)	54A	150	3,31	1,03	48,57	212,20
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40	1,36	4,00	1,68	48,00
Kefyras 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			11,47	10,03	60,05	380,20

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė	36A	100	7,18	28,39	0,94	287,04
Natūralus pomidorų padažas		30	1,17	0,15	7,11	33,00
Nesaldinta čiborelių arabata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,35	28,54	8,05	320,04

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė	36A	50	3,59	14,20	0,47	143,52
Pomidorų padažas		20	0,00	0,00	0,00	0,00
Nesaldinta čiobrelių arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,59	14,20	0,47	143,52

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai	72A	100	2,35	0,29	16,32	75,90
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Kefyras 2.5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
Iš viso:			9,83	7,29	26,96	219,90

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (9%) (pilno grūdo miltai, tausojantis)	83A	140	24,04	14,99	23,20	321,44
Trinti ananai su trintomis barškėmis	14D	65/35	1,64	0,34	18,41	77,40
Nesaldinta melisos arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,68	15,33	41,61	398,84

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai	82A	100/15	9,87	5,55	2,16	98,67
Sviesto -grietinės padažas	5P	20	0,30	3,71	0,38	36,21
Nesaldinta mėtų arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,17	9,26	2,54	134,88

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150	22,58	15,55	24,70	331,31
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40	0,75	2,04	15,32	79,76
Nesaldinta čiobrelių arabata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			23,33	17,59	40,02	411,07

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas	85A	100	12,00	6,75	2,63	120,00
Grietinė 30%	17P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta erškėtrožių arbata su citrina	21G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			12,77	15,78	4,20	210,07

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta dešrelė	36A	50	3,59	14,20	0,47	143,52
Pomidorų padažas		20	0,00	0,00	0,00	0,00
Švieži agurkai	36S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Nesaldinta mėtų arbata		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,99	14,30	1,62	149,02

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai	53A	100				
Sviesto -grietinės padažas	5P	20				
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	46A	100	2,44	0,12	22,33	98,82
Sviesto -grietinės padažas	5P	30	0,81	12,10	1,22	116,34
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,25	12,22	23,55	215,16

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	74A	100/50	18,15	12,14	36,72	326,38
Sviesto -grietinės padažas	5P	30	0,81	12,10	1,22	116,34
Iš viso:			18,96	24,24	37,94	442,72

Pirma diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kr.košė (tausojantis)	97A	200	9,86	4,12	40,12	234,05
Uogienė	19P	40	0,12	0,00	28,36	108,40
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,98	4,12	68,48	342,45

Antra diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	87A	97.5/32.5	18,84	14,46	16,67	272,47
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	40	0,75	2,04	15,32	79,76
Nesaldinta erškėtožių arbata su citrina	2G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			19,64	16,53	32,63	354,40

Trečia diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške (tausojantis)	65A	60/40	16,10	10,66	20,98	153,05
Jogurtas su barškėmis		125	3,38	3,13	18,63	116,25
Nesaldinta čiobrelių arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			19,48	13,79	39,61	269,30

Ketvirta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kr. košė su morkomis (tausojantis)	118A	200	8,58	5,58	38,29	224,11
Sviesto-jogurtinės grietinės padažas	5P	20	0,54	8,07	0,81	77,56
Ekologiškas pienas		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			14,22	17,40	46,45	385,67

Penkta diena

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių-varškės kukuliai (tausojantis)	57A	85.5/64.5	11,57	9,64	38,01	244,95
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,68	2,00	0,84	24,00
Kefyras 2.5 %		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			17,35	15,39	46,20	358,95