

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs 11 val. 35 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Morkos su česnakais ir majonezu 34%	11(68)	100	1,16	3,43	9,09	63,59
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A(113)	100	1,02	5,28	5,33	72,96
Virti kiaušiniai	16Š	1V/10	5,04	7,93	1,13	96,2
Kepta žuvis tešloje	25Š	100	13,61	15,23	11,25	234,33
Varškė su žalumynais	16-1/10(338)	100	12,92	6,79	3,12	125,49

Antradienis

Pietūs 11 val. 35 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių, porų, obuolių salotos su jogurtu	25(83)	100	6,35	0,7	17,67	87,75
Agurkų salotos su porais ir aliejaus padažu	34(91)	100	1,06	9,58	3,80	100,07
Virti kiaušiniai	16Š	1v/10	5,04	7,93	1,13	96,2
Kepta žuvis tešloje	25Š	100	13,61	15,23	11,25	234,33
Varškė su jogurtu ir vaisiais	15-1/1(313)	100	13,36	7,49	4,26	137,89

Trečiadienis

Pietūs 11val. 35min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su jogurto padažu	27(84)	100	1,92	0,52	9,42	47,10
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A(112)	100	1,19	5,25	3,75	67,05
Virti kiaušiniai	16Š	1v/10	5,04	7,93	1,13	96,2
Kepta žuvis tešloje	25Š	100	13,61	15,23	11,25	234,33
Kepti orkaitėje vaisiai	15-8/161At(325)	110	1,16	2,74	20,18	110,08

Ketvirtadienis

Pietūs 11val. 35min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi	5-1S	100	7,26	19,5	5,54	181,96
Ryžių mišrainė su agurkais, ž. Žirneliais, morkomis ir majonezu 34%	28(85)	100	2.13	5.24	16.28	114.18
Virti kiaušiniai	16Š	1v/10	5,04	7,93	1,13	96,2
Kepta žuvis tešloje	25Š	100	13,61	15,23	11,25	234,33
Kepti orkaitėje obuoliai su varškės kremu ir sezamo plutele (Tausojantis)	15-8/160T(3240)	110	6,06	4,74	17,94	138,78

Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A(113)	100	1	5,8	5,86	80,26
Morkos su česnakų (augalinis)	11S	100	1,05	5,05	8,78	76,96
Virti kiaušiniai	16Š	1V/10	5,04	7,93	1,13	96,2
Kepta žuvis tešloje	25Š	100	13,61	15,23	11,25	234,33
Varškė su braškėmis	15-1/8(320)	100	12,94	7,26	8,34	150,52