

VALGIARAŠTIS
2016-11-07

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	324,00

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Makaronų sriuba su paukštiena	250/10	0,30	151,23
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas kiaulienos šnicelis	100/30	0,57	466,01
Virtos dešrelės su pomidorų pad.(tausojojantis patiekalas)	75/50	0,27	237,28
Tarkuotų bulvių cepelinai	150/40	0,52	444,43

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-08

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	1000	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Pieniška perlinių kruopų sriuba	250	0,21	150,87
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas paukštienos šnicelis	100/30	0,60	466,01

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-09

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Pupelių sriuba su bulvėmis	250/10	0,08	94,83
Kiaulienos šnicelis	100/30	0,57	466,01
Paukštienos guliašas(tausojantis patiekalas)	100/60	0,90	342,49
Bulvių plokštainis su paukštienos file	200/50	0,98	473,54
Žemaičių blynai	200/50	0,67	662,70

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Pekino salotos	50	0,13	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-10

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Bandelė	100	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Barščių sriuba su bulvėmis	250/10	0,15	99,45
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Daržovių troškinys su dešrelėmis(tausojantis patiekalas)	75/75	0,37	374,65
Bulvių plokštainis su paukštienos file	200/50	0,98	473,54

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,28	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-11

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Šviežių kopūstu sriuba	250/10	0,15	88,99
Balandėliai su mėsa(tausojantis patiekalas)	150/30	0,37	255,44
Koldūnai su grietine(tausojantis patiekalas)	150/30	0,47	294,10
Kiaulienos šnicelis	100/30	0,57	466,01

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,28	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-14

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Žirnių sriuba su bulvėmis	250/10	0,07	151,23
Kepta žuvis sviesto-gr.padažas	100/30	0,95	407,67
Žuvies šnicelis	100/30	0,72	419,43
Bulvių plokštainis	200/50	0,98	473,54

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-15

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Frikadelių sriuba su bulvėmis	250/10	0,17	153,30
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas paukštienos šnicelis	100/30	0,60	466,01
Tarkuotų bulvių cepelinai	75/20	0,52	237,28

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-16

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,77	111,40
Bandelė	80	0,38	324,00
Bandelė	100	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Barščių sriuba su bulvėmis	250/10	0,15	99,45
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Troškinti kopūstai su mėsa(tausojantis patiekalas)	100/100	0,71	381,11

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-17

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	324,00

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Agurkinė sriuba su grietine	250/10	0,27	135,83
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas paukštienos šnicelis	100/30	0,60	466,01
Tarkuotų bulvių cepelinai	150/20	0,52	444,43

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-18

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Pieniška makaronų sriuba	250	0,24	153,30
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Dubysos maltinis	100/30	0,83	410,36
Kepta žuvis sviesto – gr. padažas	100/30	1,38	407,67

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,06	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,03	85,82
Pekino salotos	50	0,13	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-21

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	80	0,30	324,00

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Frikadelių sriuba	250/25	0,17	153,30
„Svetainės kotletas“	110/10	0,56	387,84
Kiaulienos plovas(tausojantis patiekalas)	100/100	0,58	462,11
Žemaičių blynai	200/50	0,67	662,70

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-22

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	80	0,30	324,00

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Makaronų sriuba su paukštiena	250/10	0,30	151,23
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas kiaulienos šnicelis	100/30	0,57	466,01
Virtos dešrelės su pomidorų pad.(tausojojantis patiekalas)	75/20	0,27	237,28

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-23

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	624,00

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Rūgštynių sriuba	250/10	0,19	151,57
Kiaulienos kotletas	100/50	0,64	566,39
Kepsnys „Svogūnėlis“	100/10	0,46	382,32
Troškinta paukštiena(tausojantis patiekalas)	100/40	0,90	546,73

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-24

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	80	0,30	324,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Agurkinė sriuba su grietine	250/10	0,27	135,83
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas paukštienos šnicelis	100/30	0,60	466,01
Tarkuotų bulvių cepelinai	75/20	0,52	237,28

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,19	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-25

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	324,00

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Sibiro barščiai	250/10	0,27	151,23
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas kiaulienos šnicelis	100/30	0,57	466,01
Virtos dešrelės su pomidorų pad.(tausojojantis patiekalas)	75/20	0,27	237,28
Bulvių plokštainis	200/50	0,98	473,54

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-28

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	324,00

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Makaronų sriuba su paukštiena	250/10	0,30	151,23
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas kiaulienos šnicelis	100/30	0,57	466,01
Virtos dešrelės su pomidorų pad.(tausojojantis patiekalas)	75/50	0,27	237,28
Tarkuotų bulvių cepelinai	150/40	0,52	444,43

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-29

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	1000	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Pieniška perlinių kruopų sriuba	250	0,21	150,87
Kepta paukštienos file	100/30	0,87	415,74
Maltas paukštienos šnicelis	100/30	0,60	466,01

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Marinuoti burokėliai	50	0,10	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

VALGIARAŠTIS
2016-11-30

Šalti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Kepta žuvis su majonezu	100/30	0,83	226,26
Jogurtas	100	0,46	111,40
Bandelė	80	0,39	324,00
Lietiniai su varške	150/75/20	0,75	566,07
Bandelė	100	0,23	623,97

Karšti užkandžiai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Pupelių sriuba su bulvėmis	250/10	0,08	94,83
Kiaulienos šnicelis	100/30	0,57	466,01
Paukštienos guliašas(tausojantis patiekalas)	100/60	0,90	342,49
Bulvių plokštainis su paukštienos file	200/50	0,98	473,54
Žemaičių blynai	200/50	0,67	662,70

Garnyrai

Patiekalo pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Bulvių košė	100	0,12	98,61
Šviežių kopūstų salotos	50	0,04	85,82
Pekino salotos	50	0,13	169,67

Gėrimai

Patiekalo Pavadinimas	Svoris	Kaina €	Kcal.
Gaiva	200	0,14	80,00
Sultys	200	0,29	90,00
Arbata	200	0,04	57,19

Valgiaraštį sudarė:

Valgyklos virėja Zenė Štreimikytė