

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-01**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Kaina	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Maltas paukštienos šnicelis (paukštienos filė)	36A	75		15,82	21,11	5,37	272,66
Juoda duona	1Š	20		1,48	0,26	10,26	43,40
Virti makaronai	8Gar	50		1,90	1,70	13,28	77,71
Vitaminizuotos salotos	8S	100		1,00	6,75	10,23	101,40
Sultys		200		0,76	0,10	24,76	105,00
Bandelė		80		6,42	8,31	22,49	324,00
<b>Viso</b>			<b>0,00</b>	<b>27,38</b>	<b>38,23</b>	<b>86,39</b>	<b>924,17</b>

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Kaina	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Maltas paukštienos šnicelis (paukštienos file)	36A	100		21,09	28,15	7,17	363,55
Juoda duona	1Š	20		1,48	0,26	10,26	43,40
Virti makaronai	8Gar	50		1,90	1,70	13,28	77,71
Vitaminizuotos salotos	8S	100		1,00	6,75	10,23	101,40
Sultys		200		0,76	0,10	24,76	105,00
Bandelė		80		8,50	6,30	58,10	324,00
<b>Viso</b>			<b>0,00</b>	<b>34,73</b>	<b>43,26</b>	<b>123,80</b>	<b>1015,06</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-02**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išėiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Daržovių troškiny su dešrelėmis(tausojantis patiekalas)	62A	150	7,00	35,08	9,03	374,65	0,29
Grietinės-pomidorų padažas	2P	20	0,47	3,48	1,90	40,57	0,03
Marinuoti agurkai	46S	50	2,80	0	1,30	16,00	0,09
Vaisiai		200	0,40	0,40	13,00	86,00	0,54
Sultys(jvairių vaisių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>19,93</b>	<b>45,36</b>	<b>108,09</b>	<b>946,22</b>	<b>1,47</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išėiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Daržovių troškiny su dešrelėmis(tausojantis patiekalas)	62A	200	9,34	46,78	12,04	499,53	0,40
Grietinės-pomidorų padažas	2P	30	0,71	5,21	2,85	60,86	0,05
Marinuoti agurkai	46S	50	2,80	0	1,30	16,00	0,09
Vaisiai		100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,54
Sultys(jvairių vaisių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>22,51</b>	<b>58,79</b>	<b>112,05</b>	<b>1058,39</b>	<b>1,60</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-03**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Šviežių kopūstų sriuba su grietine	250/10	2,79	4,15	10,12	88,99	0,11
Blynėliai su varške	150/75/20	23,83	70,22	61,69	271,99	0,57
Vaisiai(bananai)	200	2,40	0,60	46,20	194,00	0,29
Vitaminizuotos salotos	100	1,00	6,75	10,23	101,40	0,13
Sultys(jvairių vaisių)	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė	80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Duona	40	2,32	0,44	17,32	80,00	0,04
<b>Viso:</b>		<b>41,60</b>	<b>88,56</b>	<b>228,42</b>	<b>1165,38</b>	<b>1,66</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Šviežių kopūstų sriuba su grietine	250/10	2,79	4,15	10,12	88,99	0,11
Blynėliai su varške	150/75/20	23,83	70,22	61,69	271,99	0,57
Vaisiai(bananai)	200	2,40	0,60	46,20	194,00	0,29
Vitaminizuotos salotos	100	1,00	6,75	10,23	101,40	0,13
Sultys(jairų vaisių)	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė	80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Duona	40	2,32	0,44	17,32	80,00	0,04
<b>Viso:</b>		<b>41,60</b>	<b>88,56</b>	<b>228,42</b>	<b>1165,38</b>	<b>1,66</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-06**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išeiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Dubysos maltinis (j.lydeka)	42A	75	15,52	12,40	3,94	187,61	0,45
Grietinės-pomidorų padažas	2P	30	0,71	5,21	2,85	60,86	0,05
Makaronų košė	4Gar	75	1,72	0,35	12,77	116,56	0,14
Daržovių mišinys "Pavasaris"	10Gar	50	3,01	3,74	9,13	34,27	0,08
Švž.obuolių kompotas	19G	200	0,23	0,20	21,09	83,55	0,05
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai(obuoliai)		150	2,28	0,90	41,82	168,00	0,12
<b>Viso:</b>			<b>31,97</b>	<b>29,10</b>	<b>149,70</b>	<b>974,85</b>	<b>1,19</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išeiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Dubysos maltinis (j.lydeka)	42A	100	20,69	16,54	5,25	250,14	0,61
Grietinės-pomidorų padažas	2P	30	0,71	5,21	2,85	60,86	0,05
Makaronų košė	4Gar	75	1,72	0,35	12,77	116,56	0,14
Daržovių mišinys "Pavasaris"	10Gar	50	3,01	3,74	9,13	34,27	0,08
Švž.obuolių kompotas	19G	200	0,23	0,20	21,09	83,55	0,05
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai(obuoliai)		150	2,28	0,90	41,82	168,00	0,12
<b>Viso:</b>			<b>37,14</b>	<b>33,24</b>	<b>151,01</b>	<b>1037,38</b>	<b>1,35</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-07**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Kalakutienos plovas(tausojantis patiekalas)	3A	75/75	22,17	16,36	21,61	315,71	0,56
Pekino kopūstų -porų salotos	25S	50	0,73	3,37	2,28	40,00	0,10
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai(obuoliai)		100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,08
Sultys(jvairių vaisių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Varškės desertas su žele gabaliukais 7%		25	11,20	7,00	20,00	191,00	0,14
<b>Viso:</b>			<b>43,76</b>	<b>33,53</b>	<b>139,75</b>	<b>1028,71</b>	<b>1,40</b>

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Kalakutienos plovas(tausojantis patiekalas)	3A	100/100	29,56	21,82	28,81	420,95	0,75
Pekino kopūstų -porų salotos	25S	50	0,73	3,37	2,28	40,00	0,10
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai(obuoliai)		100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,08
Sultys(jvairių vaisių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Varškės desertas su žele gabaliukais 7%		25	11,20	7,00	20,00	191,00	0,14
<b>Viso:</b>			<b>51,15</b>	<b>38,99</b>	<b>146,95</b>	<b>1133,95</b>	<b>1,59</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-08**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal</b>	<b>Kaina €</b>
Barščių sriuba su bulvėmis	250/10	4,40	3,05	16,00	99,45	0,11
Vištienos kotletas	75/20	15,82	21,11	5,37	246,26	0,47
Makaronų košė	100	3,85	3,65	25,76	114,83	0,18
Šviežių kopūstų salotos	40	0,60	2,02	2,47	30,18	0,02
Vaisiai(apelsinai)	100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,14
Sultys(obuolių)	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Bandelė	80	6,42	8,31	22,49	324,00	0,30
Duona	20	1,16	0,22	8,66	40,00	0,02
<b>Viso:</b>		<b>33,41</b>	<b>38,86</b>	<b>118,51</b>	<b>1012,72</b>	<b>1,45</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal</b>	<b>Kaina €</b>
Barščių sriuba su bulvėmis	250/10	4,40	3,05	16,00	99,45	0,11
Vištienos kotletas	100/30	21,09	28,15	7,17	363,55	0,62
Makaronų košė	100	3,85	3,65	25,76	114,83	0,18
Šviežių kopūstų salotos	40	0,60	2,02	2,47	30,18	0,02
Vaisiai(apelsinai)	100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,14
Sultys(obuolių)	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Bandelė	80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Duona	20 g	1,16	0,22	8,66	40,00	0,02
<b>Viso:</b>		<b>40,76</b>	<b>43,89</b>	<b>155,92</b>	<b>1130,01</b>	<b>1,60</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-09**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Kepti varškėčiai	84A	100/15	16,76	13,91	20,05	271,31	0,35
Grietinė	14P	20	0,48	6,00	0,62	58,60	0,06
Sultys(ouolių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Vitaminizuotos salotos	8S	100	1,00	6,75	10,23	101,40	0,13
Vaisiai(obuoliai)		100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,08
Bandelė		80	6,42	8,31	22,49	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>26,94</b>	<b>35,67</b>	<b>106,03</b>	<b>972,31</b>	<b>1,13</b>

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Kepti varškėčiai	84A	150/20	25,13	20,86	30,08	406,97	0,42
Grietinė	14P	20	0,48	6,00	0,62	58,60	0,06
Sultys(obuolių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Vitaminizuotos salotos	8S	100	1,00	6,75	10,23	101,40	0,13
Vaisiai(obuoliai)		100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,08
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>37,39</b>	<b>40,61</b>	<b>151,67</b>	<b>1107,97</b>	<b>1,20</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-10**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Pieniška perlinių kruopų sriuba	250	6,05	5,09	21,66	150,87	0,16
Virtų bulvių cepelinai(tausojantis patiekalas)	200/50	23,31	40,80	43,50	603,74	0,52
Daržovių salotos	50	0,73	3,37	2,28	40,00	0,10
Vaisiai	100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,27
Sv. obuolių kompotas	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė	50	6,42	8,31	22,49	187,92	0,30
<b>Viso:</b>		<b>37,67</b>	<b>58,07</b>	<b>127,69</b>	<b>1140,53</b>	<b>1,57</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Pieniška perlinių kruopų sriuba	250	6,05	5,09	21,66	150,87	0,16
Virtų bulvių cepelinai(tausojantis patiekalas)	200/50	23,31	40,80	43,50	603,74	0,52
Daržovių salotos	50	0,73	3,37	2,28	40,00	0,10
Vaisiai	100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,27
Sv. obuolių kompotas	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė	50	6,42	8,31	22,49	187,92	0,30
<b>Viso:</b>		<b>37,67</b>	<b>58,07</b>	<b>127,69</b>	<b>1140,53</b>	<b>1,57</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams



**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-13**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Frikadelių sriuba	250/25	8,05	6,48	10,51	153,30	0,13
Kiaulienos plovvas(tausojantis patiekalas)	75/75	22,93	19,49	21,3	346,58	0,33
Vaisiai	100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,08
Sultys	200 g	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Bandelė	80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Šv. kopūstų salotos	40g.	0,60	2,02	2,47	30,18	0,02
Duona	40 g	2,32	0,44	17,32	80,00	0,05
<b>Viso:</b>		<b>44,68</b>	<b>35,43</b>	<b>162,34</b>	<b>1151,06</b>	<b>1,12</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Frikadelių sriuba	250/25	8,05	6,48	10,51	153,3	0,13
Kiaulienos plovvas(tausojantis patiekalas)	100/100	30,57	25,99	28,40	462,11	0,44
Vaisiai	100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,08
Sultys	200 g	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Bandelė	80 g	8,5	6,30	58,10	324,00	0,30
Šv. kopūstų salotos	40	0,6	2,02	2,47	30,18	0,02
Duona	40 g	2,32	0,44	17,32	80,00	0,05
<b>Viso:</b>		<b>52,32</b>	<b>41,93</b>	<b>169,44</b>	<b>1266,59</b>	<b>1,23</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-14**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išeiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Balandėliai su mėsa(tausojantis patiekalas)	63A	150	22,79	15,55	8,43	260,07	0,28
Grietinės-pomidorų padažas	2P	30	0,71	5,21	2,85	60,86	0,05
Virtos bulvės su sviestu	2Gar	75	1,52	2,24	13,75	80,28	0,06
Agurkai marinuoti	46S	75	2,10		0,98	12,00	0,13
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,22
Sultys		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė		80	6,42	8,31	22,49	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>35,82</b>	<b>9,01</b>	<b>101,14</b>	<b>954,21</b>	<b>1,26</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išeiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Balandėliai su mėsa(tausojantis patiekalas)	63A	200	30,39	20,74	11,24	260,07	0,37
Grietinės-pomidorų padažas	2P	40	0,95	6,95	3,80	81,14	0,06
Virtos bulvės su sviestu	2Gar	75	1,52	2,24	13,75	80,28	0,06
Agurkai marinuoti	46S	100	2,80		1,30	16,00	0,13
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,22
Sultys		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>46,44</b>	<b>7,00</b>	<b>140,83</b>	<b>978,49</b>	<b>1,36</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-15**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Žuvies šnicelis	45A	75	14,72	12,46	6,35	194,41	0,40
Grietinės-pomidorų padažas	2P	20	0,47	3,48	1,90	40,57	
Virtos bulvės su sviestu	2Gar	50	1,01	1,50	9,16	53,52	0,06
Žalių žirnelių salotos	50S	100	3,51	6,68	13,12	112,84	0,37
Sultys		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,00	0,12
<b>Viso:</b>			<b>31,25</b>	<b>31,42</b>	<b>155,21</b>	<b>998,34</b>	<b>1,46</b>

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Žuvies šnicelis	45A	100	19,62	16,61	8,47	259,21	0,55
Grietinės-pomidorų padažas	2P	30	0,71	5,21	2,85	60,86	
Virtos bulvės su sviestu	2Gar	75	1,52	2,24	13,75	80,28	0,06
Žalių žirnelių salotos	50S	100	3,51	6,68	13,12	112,84	0,37
Sultys		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,00	0,12
<b>Viso:</b>			<b>36,90</b>	<b>38,04</b>	<b>162,87</b>	<b>1110,19</b>	<b>1,61</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-16**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal</b>	<b>Kaina €</b>
Agurkinė sriuba su grietine	250/10	3,03	3,17	26,27	135,83	0,21
Pieniškės dešrelės(tausojantis patiekalas)	100	12,30	25,30	0	227,00	0,22
Bulvių košė	100	2,22	2,65	16,36	98,17	0,06
Šviežių kopūstų salotos	40 g	0,60	2,02	2,47	30,18	0,02
Sultys(obuolių)	200 g	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Vaisiai	100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,08
Bandelė	80	6,42	8,31	22,49	324,00	0,30
Duona	40 g	2,32	0,44	17,32	80,00	0,05
<b>Viso:</b>		<b>29,17</b>	<b>42,59</b>	<b>137,55</b>	<b>1112,18</b>	<b>1,15</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal</b>	<b>Kaina €</b>
Agurkinė sriuba su grietine	250/10	3,03	3,17	26,27	135,83	0,21
Pieniškės dešrelės(tausojantis patiekalas)	120	8,62	34,07	1,01	344,45	0,26
Bulvių košė	100	2,22	2,65	16,36	98,17	0,06
Šviežių kopūstų salotos	40 g	0,60	2,02	2,47	30,18	0,02
Sultys(obuolių)	200 g	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Vaisiai	100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,08
Bandelė	80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Duona	40 g	2,32	0,44	17,32	80,00	0,05
<b>Viso:</b>		<b>27,57</b>	<b>49,35</b>	<b>174,17</b>	<b>1229,63</b>	<b>1,19</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-17**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Beržo kotletai	23A	75/20	15,72	26,54	4,93	318,76	0,32
Juoda duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40	0,02
Virti makaronai	8Gar	50	1,90	1,70	13,28	77,71	0,09
Vitaminizuotos salotos	8S	100	1,00	6,75	10,23	101,40	0,13
Sultys(bananu)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,27
Bandelė		80	6,42	8,31	22,49	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>28,80</b>	<b>44,26</b>	<b>113,83</b>	<b>1082,27</b>	<b>1,35</b>

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Beržo kotletai	23A	100/30	21,02	37,32	6,64	442,82	0,44
Juoda duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40	0,02
Virti makaronai	8Gar	50	1,90	1,70	13,28	77,71	0,09
Vitaminizuotos salotos	8S	100	1,00	6,75	10,23	101,40	0,13
Sultys(bananu)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,27
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>36,18</b>	<b>53,03</b>	<b>151,15</b>	<b>1206,33</b>	<b>1,47</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-20**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Maltas kiaulienos šnicelis	10A	75	15,87	14,64	6,35	229,34	0,32
Juoda duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40	0,03
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75	4,54	4,11	24,95	152,16	0,07
Marinuotų burokėlių salotos su ž.žirneliais	17S	100	2,50	5,14	12,69	94,30	0,27
Sultys(obuolių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,08
<b>Viso:</b>			<b>35,17</b>	<b>31,15</b>	<b>164,99</b>	<b>1060,20</b>	<b>1,28</b>

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Maltas kiaulienos šnicelis	10A	100	21,16	19,52	8,47	305,79	0,44
Juoda duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80	0,05
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75	4,54	4,11	24,95	152,16	0,07
Marinuotų burokėlių salotos su ž.žirneliais	17S	100	2,50	5,14	12,69	94,30	0,27
Sultys(obuolių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,21
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00	0,08
<b>Viso:</b>			<b>41,94</b>	<b>36,29</b>	<b>177,37</b>	<b>1180,05</b>	<b>1,42</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-21**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Pieniška perlinių kruopų sriuba	250	6,05	5,09	21,66	150,87	0,16
Virtų bulvių cepelinai(tausojantis patiekalas)	200/50	23,31	40,80	43,50	603,74	0,52
Pekino kopūstų -porų salotos	50	0,73	3,37	2,28	40,00	0,10
Vaisiai	100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,27
Sultys	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė	50	6,42	8,31	22,49	187,92	0,30
<b>Viso:</b>		<b>37,67</b>	<b>58,07</b>	<b>127,69</b>	<b>1140,53</b>	<b>1,57</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Pieniška perlinių kruopų sriuba	250	6,05	5,09	21,66	150,87	0,16
Virtų bulvių cepelinai(tausojantis patiekalas)	200/50	23,31	40,80	43,50	603,74	0,52
Pekino kopūstų -porų salotos	50	0,73	3,37	2,28	40,00	0,10
Vaisiai	100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,27
Sultys	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė	50	6,42	8,31	22,49	187,92	0,30
<b>Viso:</b>		<b>37,67</b>	<b>58,07</b>	<b>127,69</b>	<b>1140,53</b>	<b>1,57</b>

11-14 metų vaikams  
15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-22**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Kaina	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Maltas paukštienos šnicelis (paukštienos filė)	36A	75		15,82	21,11	5,37	272,66
Juoda duona	1Š	20		1,48	0,26	10,26	43,40
Virti makaronai	8Gar	50		1,90	1,70	13,28	77,71
Vitaminizuotos salotos	8S	100		1,00	6,75	10,23	101,40
Sultys		200		0,76	0,10	24,76	105,00
Bandelė		80		6,42	8,31	22,49	324,00
<b>Viso</b>			<b>0,00</b>	<b>27,38</b>	<b>38,23</b>	<b>86,39</b>	<b>924,17</b>

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Kaina	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Maltas paukštienos šnicelis (paukštienos file)	36A	100		21,09	28,15	7,17	363,55
Juoda duona	1Š	20		1,48	0,26	10,26	43,40
Virti makaronai	8Gar	50		1,90	1,70	13,28	77,71
Vitaminizuotos salotos	8S	100		1,00	6,75	10,23	101,40
Sultys		200		0,76	0,10	24,76	105,00
Bandelė		80		8,50	6,30	58,10	324,00
<b>Viso</b>			<b>0,00</b>	<b>34,73</b>	<b>43,26</b>	<b>123,80</b>	<b>1015,06</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams



**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-23**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išėiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Daržovių troškiny su dešrelėmis(tausojantis patiekalas)	62A	150	7,00	35,08	9,03	374,65	0,29
Grietinės-pomidorų padažas	2P	20	0,47	3,48	1,90	40,57	0,03
Marinuoti agurkai	46S	50	2,80	0	1,30	16,00	0,09
Vaisiai		200	0,40	0,40	13,00	86,00	0,54
Sultys(jvairių vaisių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>19,93</b>	<b>45,36</b>	<b>108,09</b>	<b>946,22</b>	<b>1,47</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išėiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Daržovių troškiny su dešrelėmis(tausojantis patiekalas)	62A	200	9,34	46,78	12,04	499,53	0,40
Grietinės-pomidorų padažas	2P	30	0,71	5,21	2,85	60,86	0,05
Marinuoti agurkai	46S	50	2,80	0	1,30	16,00	0,09
Vaisiai		100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,54
Sultys(jvairių vaisių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
<b>Viso:</b>			<b>22,51</b>	<b>58,79</b>	<b>112,05</b>	<b>1058,39</b>	<b>1,60</b>

11-14 metų vaikams  
15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-24**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Šviežių kopūstų sriuba su grietine	250/10	2,79	4,15	10,12	88,99	0,11
Blynėliai su varške	150/75/20	23,83	70,22	61,69	271,99	0,57
Vaisiai(bananai)	200	2,40	0,60	46,20	194,00	0,29
Vitaminizuotos salotos	100	1,00	6,75	10,23	101,40	0,13
Sultys(jvairių vaisių)	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė	80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Duona	40	2,32	0,44	17,32	80,00	0,04
<b>Viso:</b>		<b>41,60</b>	<b>88,56</b>	<b>228,42</b>	<b>1165,38</b>	<b>1,66</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Išėiga gr.</b>	<b>B</b>	<b>R</b>	<b>A</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Kaina €</b>
Šviežių kopūstų sriuba su grietine	250/10	2,79	4,15	10,12	88,99	0,11
Blynėliai su varške	150/75/20	23,83	70,22	61,69	271,99	0,57
Vaisiai(bananai)	200	2,40	0,60	46,20	194,00	0,29
Vitaminizuotos salotos	100	1,00	6,75	10,23	101,40	0,13
Sultys(jairių vaisių)	200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Bandelė	80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Duona	40	2,32	0,44	17,32	80,00	0,04
<b>Viso:</b>		<b>41,60</b>	<b>88,56</b>	<b>228,42</b>	<b>1165,38</b>	<b>1,66</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-27**

**Pietūs**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išeiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Dubysos maltinis (j.lydeka)	42A	75	15,52	12,40	3,94	187,61	0,45
Grietinės-pomidorų padažas	2P	30	0,71	5,21	2,85	60,86	0,05
Makaronų košė	4Gar	75	1,72	0,35	12,77	116,56	0,14
Daržovių mišinys "Pavasaris"	10Gar	50	3,01	3,74	9,13	34,27	0,08
Švž.obuolių kompotas	19G	200	0,23	0,20	21,09	83,55	0,05
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai(obuoliai)		150	2,28	0,90	41,82	168,00	0,12
<b>Viso:</b>			<b>31,97</b>	<b>29,10</b>	<b>149,70</b>	<b>974,85</b>	<b>1,19</b>

6-10 metų vaikams

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp.Nr.</b>	<b>Išeiga</b>	<b>Baltymai</b>	<b>Riebalai</b>	<b>Anglia- vandeniai</b>	<b>Kalorijos</b>	<b>Kaina €</b>
Dubysos maltinis (j.lydeka)	42A	100	20,69	16,54	5,25	250,14	0,61
Grietinės-pomidorų padažas	2P	30	0,71	5,21	2,85	60,86	0,05
Makaronų košė	4Gar	75	1,72	0,35	12,77	116,56	0,14
Daržovių mišinys "Pavasaris"	10Gar	50	3,01	3,74	9,13	34,27	0,08
Švž.obuolių kompotas	19G	200	0,23	0,20	21,09	83,55	0,05
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai(obuoliai)		150	2,28	0,90	41,82	168,00	0,12
<b>Viso:</b>			<b>37,14</b>	<b>33,24</b>	<b>151,01</b>	<b>1037,38</b>	<b>1,35</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

**VALGIARAŠTIS**  
**2017-02-28**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Kalakutienos plovė(tausojantis patiekalas)	3A	75/75	22,17	16,36	21,61	315,71	0,56
Pekino kopūstų -porų salotos	25S	50	0,73	3,37	2,28	40,00	0,10
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai(obuoliai)		100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,08
Sultys(įvairių vaisių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Varškės desertas su žele gabaliukais 7%		25	11,20	7,00	20,00	191,00	0,14
<b>Viso:</b>			<b>43,76</b>	<b>33,53</b>	<b>139,75</b>	<b>1028,71</b>	<b>1,40</b>

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos	Kaina €
Kalakutienos plovė(tausojantis patiekalas)	3A	100/100	29,56	21,82	28,81	420,95	0,75
Pekino kopūstų -porų salotos	25S	50	0,73	3,37	2,28	40,00	0,10
Bandelė		80	8,50	6,30	58,10	324,00	0,30
Vaisiai(obuoliai)		100	0,40	0,40	13,00	53,00	0,08
Sultys(įvairių vaisių)		200	0,76	0,10	24,76	105,00	0,22
Varškės desertas su žele gabaliukais 7%		25	11,20	7,00	20,00	191,00	0,14
<b>Viso:</b>			<b>51,15</b>	<b>38,99</b>	<b>146,95</b>	<b>1133,95</b>	<b>1,59</b>

11-14 metų vaikams

15-18 metų vaikams

Valgiaraštį sudarė:

Valgyklos virėja Zenė Štreimikytė