

UAB „CNC catering“ Kretingos skyrius

Jurgio Pabrėžos universitetinė gimnazija

Savanorių g. 56, Kretinga

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programos vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 ir vyr.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo iki val.

Kretingos Jurgio Pabrėžos
universitetinės gimnazijos direktorius
Kęstutis Trakšėlys
Tvirtinu: 

2024-09-18

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis) (A-1:7)	IKRUOPN-16A	250 g.	8,25	3,55	35,56	207,68
Sviestas 82% (A-7)	IVNT 15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su svlestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1:7)	IUŽKN-7C	20/5/15 g.	5,81	8,71	12,74	149,48
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,09	16,36	48,34	394,31

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Sklindžiai su varške 9% (A-1;3;7)	AMLTN-22	150 g.	12,49	14,87	56,92	406,55
Grietinė 30% (A-7)	IVNT-14B	15 g.	0,36	4,50	0,47	44,10
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9G	170 g.	1,36	0,34	18,70	73,10
			17,37	21,26	97,92	633,37

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiaulienos šnicelis (tausojantis) (A-1:3)	AKMPN-7H	80 g.	10,51	16,87	12,40	240,46
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13J	120 g.	2,47	0,12	22,62	100,12
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12	100 g.	1,37	5,57	6,96	76,61
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			18,95	24,47	80,04	503,54

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
Daržovių troškiny (tausojantis) (augalinis)	ADRŽPN-85J	230 g.	3,26	10,73	24,37	194,72
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12	100 g.	1,37	5,57	6,96	76,61
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			15,68	23,27	82,62	575,4

Virginija Kadavienė

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-21A	250 g.	9,91	2,80	43,81	230,53
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virta dešra (aukščiau) (A-1;6;7;9;10)	IUŽKN-11A	20/5/15 g.	4,01	8,08	12,72	135,98
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,95	14,98	56,57	403,66

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltos vištienos kepsnys (A-1;3)	AKMPN-45	70 g.	9,71	13,18	12,34	204,91
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-2	100 g.	6,00	4,47	33,00	192,71
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol. por) (augalinis)	GSALN-41	100 g.	1,03	8,58	5,98	98,49
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			19,5	27,92	83,6	640,63

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (A-1;3;7)	AAPK-18A	180 g.	21,89	17,13	45,42	426,72
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PADN-7A	30 g.	0,55	4,99	2,09	55,51
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30I	200 g.	0,80	0,60	26,80	104,00
			25,6	24,11	93,19	678,75

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Grikių ir daržovių maltinukai (tausojantis) (augalinis) (A-9)	IKRUOPN-83	200 g.	8,18	7,79	49,71	288,34
Daržovių padažas (A-1)	PADN-24	50 g.	0,75	3,83	6,50	60,24
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol. por) (augalinis)	GSALN-41	100 g.	1,03	8,58	5,98	98,49
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			17,07	25,64	100,47	669,59

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-15G	220 g.	7,98	4,61	30,70	188,35
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškė 9% (A-1;7)	IUŽKN-13M	30/5/30 g.	7,65	7,64	20,11	175,57
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,66	16,35	50,85	401,07

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30E	150 g.	3,25	2,03	12,65	74,12
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiaulienos kepsnys (A-1;3)	AKMP-SMLPC-10C	80 g.	16,95	15,69	5,01	229,22
Birė miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-4H	120 g.	4,12	4,10	28,40	159,26
Burokėlių salotos su kmynais (augalinis)	GSALN-33	100 g.	1,75	0,27	10,82	43,60
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			28,41	22,82	85,57	630,37

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30E	150 g.	3,25	2,03	12,65	74,12
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiaulienos plovai (tausojantis)	AKMPN-3H	45/175 g.	13,12	14,86	46,45	360,87
Burokėlių salotos su kmynais (augalinis)	GSALN-33E	120 g.	2,08	0,31	12,88	51,88
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			20,79	17,93	100,67	611,04

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30E	150 g.	3,25	2,03	12,65	74,12
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškintos daržovės su pomidorų padažu (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADRŽPN-98K	250 g.	6,11	12,93	39,67	285,71
Burokėlių salotos su kmynais (augalinis)	GSALN-33	100 g.	1,75	0,27	10,82	43,60
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			19,25	20,96	99,83	631,6

Mitybos specialistė
Virginija Kuchavičienė

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-19A	250 g.	7,48	2,78	36,47	193,04
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Datonas su sviestu 82% (A-1;7)	IUŽKN-5B	40/5 g.	3,79	5,22	25,40	157,71
Švž. pomidorai (augalinis)	GSALN-60A	30 g.	0,30	0,06	1,23	5,10
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,6	12,16	63,14	393

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepti varškėčiai (A-1;3;7)	AVRŠPN-2	150 g.	22,65	16,37	39,15	392,21
Saldus, vanilinis pieno 2,5% padažas (A-1;7)	PADN-3E	30 g.	0,59	1,48	2,89	27,10
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7G	170 g.	2,04	0,51	39,27	164,90
			27,53	20,99	98,06	678,5

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su ciberžole (tausojantis) (A-1)	AKMPN-203	80 g.	12,00	10,92	6,47	165,68
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-3	100 g.	3,27	3,59	25,06	138,18
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75B	100 g.	1,02	7,91	8,44	100,79
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			19,74	25,35	79,82	595,94

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Pupelių-daržovių troškiny (augalinis) (tausojantis)	ADRŽPN-159C	230 g.	15,57	7,01	49,36	275,95
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75B	100 g.	1,02	7,91	8,44	100,79
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			20,68	17,96	102,88	591,76

Virginija Karkocienė

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis) (A-7)	IKRUOPN-13F	220 g.	8,00	3,29	34,19	195,91
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1;3:7)	IUŽKN-16E	30/5/25 g.	5,18	7,36	16,60	149,51
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,21	14,75	50,83	382,57

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104A	150 g.	0,92	2,52	6,08	46,26
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
Maltos lydekos filė maltinukas (tausojantis) (A-1;3:4)	AŽUVPN-22H	90 g.	13,85	8,30	15,44	188,17
Bulvių košė (tausojantis) (A-7)	GGARN-14A	130 g.	2,85	2,73	21,30	120,07
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149R	120 g.	1,51	7,31	12,83	115,18
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			22,12	21,6	89,97	616,57

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104A	150 g.	0,92	2,52	6,08	46,26
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtų bulvių cepelinai su kiaušienos įdaru (tausojantis) (A-3)	ADRŽPN-37	171/29 g.	7,19	5,75	51,70	272,13
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PADN-7A	30 g.	0,55	4,99	2,09	55,51
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30I	200 g.	0,80	0,60	26,80	104,00
			16,56	19,08	105,13	629,34

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104A	150 g.	0,92	2,52	6,08	46,26
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Lęšių ir daržovių troškiny su kmynais (augalinis) (tausojantis) (A-1)	AKMPN-312D	200 g.	14,39	11,10	47,66	342,69
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149G	100 g.	1,26	6,08	10,69	95,98
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			23,26	24,08	99,52	686,1

Viršininkas
Virginija Kankštienė

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (A-1:7)	IKRUOPN-21I	220 g.	8,72	2,47	38,56	202,86
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1:7)	IUŽKN-13M	30/5/30 g.	7,65	7,64	20,11	175,57
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,4	14,21	58,71	415,58

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-6B	150 g.	2,00	1,37	9,49	52,56
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (A-1:3:7)	AAPK 18A	180 g.	21,89	17,13	45,42	426,72
Saldus, vanilinis pieno 2,5% padažas (A-1:7)	PADN-3E	30 g.	0,59	1,48	2,89	27,10
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9	200 g.	1,60	0,40	22,00	86,00
			27,38	20,6	90,26	639,82

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-6B	150 g.	2,00	1,37	9,49	52,56
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Garintas kiaušienos maltinis (tausojantis) (A-1:3)	AKMPN-124A	90 g.	10,44	10,98	7,69	169,13
Bulvių košė (tausojantis) (A-7)	GGARN-14A	130 g.	2,85	2,73	21,30	120,07
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSALN-199A	120 g.	1,30	10,30	7,37	118,20
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			19,33	25,91	72,54	574,13

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-6B	150 g.	2,00	1,37	9,49	52,56
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Perlinių kruopų ir daržovių košė (tausojantis) (augalinis) (A-1)	IKRUOPN-78B	230 g.	7,36	7,13	56,38	299,18
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSALN-199	100 g.	1,09	8,59	6,15	98,49
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			18,99	22,62	106,71	668,4

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė (tausojantis) (A-7)	IKRUOPN-12I	220 g.	5,30	2,69	34,42	177,15
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukščiau) (A 1:6; /:9; 10)	IUŽKN-12C	30/5/30 g.	6,30	11,27	16,42	187,36
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,63	18,06	50,88	401,66

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Virtinukai su varške 9% (tausojantis) (A-1:3:7)	AMLTN-4A	150 g.	13,38	6,51	40,90	272,99
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas (A-7)	PADN-12B	15/5 g.	0,39	8,60	0,51	81,25
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8N	170 g.	0,68	0,68	22,10	90,10
			20,15	18,82	92,08	596,15

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) (A-1;7)	AKMPN-169A	70/30 g.	13,96	18,49	2,82	231,07
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-4H	120 g.	4,12	4,10	28,40	159,26
Burokėlių salotos su kmynais (augalinis)	GSALN-33E	120 g.	2,08	0,31	12,88	51,88
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			26,26	26,33	85,67	647,02

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virti makaronai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	AMLTN-1B	145/35 g.	7,57	4,99	50,17	279,68
Burokėlių salotos su aliejaus padažu (svog, aliej, citr.) (augalinis)	GSAL-SMLPC-27	100 g.	1,50	4,08	10,62	77,36
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			20,33	17,39	105,13	642,12

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-15G	220 g.	7,98	4,61	30,70	188,35
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir viltu kiaušiniu (A-1;3;7)	IUŽKN-15	30/5/25 g.	5,93	1,81	19,24	166,82
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,94	16,58	49,98	392,32

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-75D	150 g.	0,86	1,75	7,03	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Bulvių plokštainis (A-7)	ADRŽPN-47	200 g.	5,93	8,28	48,19	287,32
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PADN-7A	30 g.	0,55	4,99	2,09	55,51
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30I	200 g.	0,80	0,60	26,80	104,00
			15,24	20,84	102,57	643,35

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-75D	150 g.	0,86	1,75	7,03	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Vištienos ir grikių troškiny (tausojantis)	AKMPN-58	57/143 g.	15,17	10,63	24,08	248,72
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106I	120 g.	1,35	14,47	8,06	159,97
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			19,72	27,48	68,26	576,94

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-75D	150 g.	0,86	1,75	7,03	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Lęšių ir daržovių troškiny su kmynais (augalinis) (tausojantis) (A-1)	AKMPN-312H	220 g.	15,82	12,21	52,42	376,86
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106A	100 g.	1,13	12,05	6,71	133,31
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			20,15	26,64	95,25	678,42

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-17L	220 g.	6,34	2,63	33,55	175,15
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1;7)	LIŽKN-7V	30/5/20 g	8,05	10,14	19,08	196,97
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,42	17,07	52,67	409,27

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-128A	150 g.	2,94	2,14	11,18	69,71
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepta vištiena (A-7)	AKMPN-28A	80 g.	15,15	14,37	0,07	189,57
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-2	100 g.	6,00	4,47	33,00	192,71
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55	100 g.	1,54	5,05	10,21	84,77
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			27,73	26,45	75,92	627,2

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-128A	150 g.	2,94	2,14	11,18	69,71
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis) (A-3)	AKMPN-160C	80 g.	13,02	9,99	0,91	144,46
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-5F	120 g.	6,14	4,12	34,22	189,40
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55	100 g.	1,54	5,05	10,21	84,77
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			26,38	21,83	83,21	602,51

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-128A	150 g.	2,94	2,14	11,18	69,71
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Kvietinių kruopų plovai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	IKRUOPN-34A	170 g.	9,18	16,10	52,98	374,93
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55	100 g.	1,54	5,05	10,21	84,77
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			16,4	23,82	101,06	643,58

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-16G	220 g.	7,26	3,13	31,30	182,75
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% (A-1;7)	IUŽKN-5D	40/5 g.	5,79	5,22	25,40	157,71
Švž. pomidorai (augalinis)	GSALN-60A	30 g.	0,30	0,06	1,23	5,10
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,38	12,51	57,97	382,71

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-119A	150 g.	2,22	2,25	14,25	82,50
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiauliena troškinta su švž. kopūstais (A-1)	ADRŽPN-86A	50/200 g.	13,24	21,82	17,31	302,41
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13J	120 g.	2,47	0,12	22,62	100,12
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			20,27	24,92	82,87	609,2

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-119A	150 g.	2,22	2,25	14,25	82,50
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽUVPN-78C	80 g.	10,73	13,03	10,98	191,70
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13J	120 g.	2,47	0,12	22,62	100,12
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41	100 g.	1,03	8,58	5,98	98,49
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			18,79	24,71	82,52	596,98

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-119A	150 g.	2,22	2,25	14,25	82,50
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Biri grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)	GGAR-PNV-7A	180 g.	7,95	6,44	44,71	260,17
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41	100 g.	1,03	8,58	5,98	98,49
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			19,34	23	101,63	669,33

Virgijai Katarčienė

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis) (A-7)	IKRUOPN-13A	250 g.	9,10	3,74	38,85	222,63
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis (A-1;3;7)	IUŽKN-1F	40 g.	3,58	6,28	17,35	135,53
Ai balžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,71	14,12	56,24	395,31

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	0,96	1,57	6,51	39,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškinta vištiena su česnakais (tausojantis)	AKMPN-215	80 g.	15,60	11,28	1,62	169,44
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-5F	120 g.	6,14	4,12	34,22	189,40
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-26	100 g.	1,05	5,20	8,71	79,58
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			26,09	22,8	80,15	601,32

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	0,96	1,57	6,51	39,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Maltos vištienos kotletas (tausojantis) (A-1;3)	AKMPN-24G	80 g.	10,85	12,34	15,39	212,19
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-12D	120 g.	4,32	3,71	30,32	175,42
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-26	100 g.	1,05	5,20	8,71	79,58
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			19,52	23,45	90,02	630,09

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	0,96	1,57	6,51	39,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Pupelių, daržovių, perlinių kruopų troškiny (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADRŽPN-162D	250 g.	12,88	8,65	56,19	318,03
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-26F	80 g.	0,84	4,15	6,98	63,66
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			22,18	19,89	101,54	624,86

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu (tausojantis) (A-1:7)	IKRUOPN-14L	250 g.	7,54	2,69	39,40	215,69
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir viltu kiaušiniu (A 1:3:7)	IUŽKN-16E	30/5/25 g.	5,18	7,36	16,60	149,51
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,75	14,15	56,04	402,35

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Mieliniai blynėliai su varške 9% (A-1:3:7)	AMLTN-16	150 g.	12,72	11,03	59,51	382,56
Grietinė 30% (A-7)	IVNT-14B	15 g.	0,36	4,50	0,47	44,10
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9G	170 g.	1,36	0,34	18,70	73,10
			20,14	18,9	107,25	651,57

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiaulienos maltinis (tausojantis) (A-1:3)	AKMPN-6	70 g.	9,44	14,87	12,36	218,02
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-4H	120 g.	4,12	4,10	28,40	159,26
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149F	80 g.	1,01	4,87	8,54	76,76
Švž. agurkai (augalinis)	GSALN-59	20 g.	0,16	0,04	0,46	2,20
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			21,23	27,11	89,33	651,05

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Daržovių troškiny (tausojantis) (augalinis)	ADRŽPN-85D	220 g.	3,14	10,31	23,44	187,23
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149G	100 g.	1,26	6,08	10,69	95,98
Švž. agurkai (augalinis)	GSALN-59	20 g.	0,16	0,04	0,46	2,20
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			16,86	24,66	82,16	584,22

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-16G	220 g.	7,26	3,13	31,30	182,75
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1;7)	IUŽKN-13M	30/5/30 g.	7,65	7,64	20,11	175,57
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,94	14,87	51,45	395,47

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Virta dešrelė (aukšč.r.) (tausojantis) (A-6;9;10;11)	AKMPN-54	90 g.	9,90	21,24	0,00	239,40
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	2,06	0,10	18,85	83,43
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75B	100 g.	1,02	7,91	8,44	100,79
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			17,18	31,05	74,5	636,87

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Balandėliai su kiaulienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis) (A-1;7)	AKMPN-16I	85/95/40 g.	11,43	16,73	14,85	244,84
Bulvių košė (tausojantis) (A-7)	GGARN-14A	130 g.	2,85	2,73	21,30	120,07
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75B	100 g.	1,02	7,91	8,44	100,79
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			19,5	29,17	91,8	678,95

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Grikių-daržovių kepinukai (augalinis) (tausojantis)	IKRUOPN-72	200 g.	4,21	3,34	26,34	144,74
Daržovių padažas (A-1)	PADN-24E	30 g.	0,44	2,31	3,88	36,15
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75B	100 g.	1,02	7,91	8,44	100,79
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			15,67	20,36	93,87	598,93

Virgintija Natavičienė

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (A-1;3;7)	IKIAUŠN-6K	90 g.	7,51	10,04	6,22	144,44
Batonas (A-1)	IVNT-12B	40 g.	3,76	1,12	25,36	120,56
Burokėlių salotos su aliejaus padažu (svog, aliej, citr.) (augalinis)	GSAL-SMLPC-27A	150 g.	2,26	6,13	15,94	116,05
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,53	17,29	47,52	381,05

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Varškėčiai su kukurūzų miltais (A-3;7)	AVRŠPN-19G	130 g.	16,18	13,79	39,18	351,06
Saldus pieno 2,5% padažas (A-1;7)	PADN-3A	30 g.	0,59	1,48	3,17	28,21
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8N	170 g.	0,68	0,68	22,10	90,10
			20,34	18,69	86,43	587,39

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Maltas vištienos šnicelis (tausojantis) (A-1;3)	AKMP-SMLPC-38E	70 g.	11,44	15,10	9,24	215,49
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-3H	120 g.	3,92	4,31	30,08	165,82
Burokėlių salotos su aliejaus padažu (svog, aliej, citr.) (augalinis)	GSAL-SMLPC-27	100 g.	1,50	4,08	10,62	77,36
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8K	80 g.	0,32	0,32	10,40	42,40
			20,07	26,55	82,32	619,09

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Kvietinių kruopų plovai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	IKRUOPN-34	200 g.	10,79	18,94	62,33	441,10
Burokėlių salotos su aliejaus padažu (svog, aliej, citr.) (augalinis)	GSAL-SMLPC-27	100 g.	1,50	4,08	10,62	77,36
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			15,58	26,16	107,93	689,48

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-15G	220 g.	7,98	4,61	30,70	188,35
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽKN-12V	30/5/20 g.	4,90	8,99	16,42	161,66
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,91	17,7	47,16	387,16

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39E	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Maltos lydekos filė kotletas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽUVPN-20D	80 g.	12,40	7,33	12,98	164,31
Bulvių košė (tausojantis) (A-7)	GGARN-14H	120 g.	2,64	2,52	19,66	110,83
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41	100 g.	1,03	8,58	5,98	98,49
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			21,53	21,25	79,43	570,67

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39E	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Vištienos plovos virtas (tausojantis)	AKMPN-20	42/158 g.	11,96	8,29	40,94	276,80
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41	100 g.	1,03	8,58	5,98	98,49
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			18,45	19,69	87,73	572,33

Pietūs III variantas (augalinis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39E	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Virti makaronai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	AMLTN-1B	145/35 g.	7,57	4,99	50,17	279,68
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41	100 g.	1,03	8,58	5,98	98,49
Kefyras 2,5% (A-7)	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			19,86	21,39	104,96	679,21