

**Pirmadienis**

11 metų ir vyresnio amžiaus vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energetinė vertė kcal
1	2	3	4
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	1-3/25AT 1	150	139,99
Keptas orkaitėje žuvis paplotėlis (tausojantis, alergenai Nr.1,2,3,4 )	12-7/141T	140	167,41
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5%) su žalumynais	14-1/2 3	25	40,04
Bulvių ir morkų košė (tausojantis)	4-3/62T 7	150	101,75
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 8	170	113,65
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 2	60	8,52
Ryžių plovos su kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	10-5/109T	150	310,03
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17-102	200	0,00

**Antradienis**

Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	1-3/39AT 1	150	76,72
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	10	5,93
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70	20	43,05
Jautienos troškiny su moliūgais (tausojantis)	12-5/100T 3	130	242,98
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	4-3/65AT	75	63,42
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	110	126,75
Pomidorai	18/23 3	70	15,54
Sklindžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis)	6-8/161T	180	292,89
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5%) su žalumynais	14-1/2 3	25	40,04
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo		200	0,00

**Trečiadienis**

Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	1-3/30AT 1	150	120,74
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 2	30	64,56
Kiaulienos guliašas su bulvėmis (tausojantis)	10-5/110 T	160	240,55
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	3-5/105AT	130	139,14
Pomidorai	18/23 3	70	15,54
Kepti varškėčiai su viso grūdo miltai (tausojantis)	7-8/166T	170	398,82
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 4	20	11,86
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17-102	200	0,00

**Ketvirtadienis**

Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	1-3/28AT 1	150	89,62
Kepti su garais vištienos kukulaičiai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T 5	120(105/15)	266,37
Ryžių košė su ypač tyru aluvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	3-3/36AT	100	139,40
Baltųjų ridikėlių ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A	60	55,55
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 2	60	8,52
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/169 T	180	377,98
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 4	20	11,86
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17/102	200	0,00

**Penktadienis**

Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	1-3/35AT 1	150	135,87
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 4	20	11,86
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 4	50	107,60
Cukinijų ir bulvių plokštainis su nesaldintu jogurtu (2,5%)	4-8/169AT	240	329,31
Keptos su garais šakninės daržovės (morkos, burokėliai, salierai) su saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis, alergenai Nr. 7)	4-7/142AT 2	70	83,10
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17/102	200	0,00

Vyr.virėja

Kalkuliotoja

Rėda Dulkienė

Regina Vaitekūnienė

<b>Pirmadienis</b>		11 metų ir vyresnio amžiaus vaikams		
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Energetinė vertė kcal	
1	2	3	4	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis, tausojantis)	1-3/34 AT 1	150	108,43	
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	2,97	
Kepti su garais jautienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141T 2	80	171,44	
Grikių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	3-3/52AT 4	100	180,52	
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 2	60	8,52	
Salotos su džiovintomis spanguolėmis (raudonieji kopūstai, morkos, brokoliai, kviečių gemalai, moliūgų sėklos) (augalinis)	2-1/23A 2	90	133,34	
Bulviniai piršteliai su grietinės padažu (alergenai Nr.3)	Nr.57	200/40	359,76	
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20	
Vanduo	17-102	200	0,00	
<b>Antradienis</b>				
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis, tausojantis)	1-3/31AT 1	150	104,02	
Kepta su garais riebi žuvis (lašiša, skumbė, šamas) su provanso žolelėmis (tausojantis) (alergenai Nr.4)	9-7/145T 6	110	301,21	
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	4-3/65AT 6	110	93,02	
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A 4	111	92,37	
Pomidorai	18/23 3	70	15,54	
Grietinėlėje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojantis)	10-5/100T	200	207,30	
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20	
Vanduo	17-102	200	0,00	
<b>Trečiadienis</b>				
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	1-3/35AT 1	150	135,87	
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	8,90	
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 3	40	86,08	
Kepti orkaitėje kalakutienos filė maltinukai su varške ir cukinija (tausojantis) (alergenai Nr.3)	10-8/161T 4	130(75/20/35)	139,73	
Biri perlinių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi	3-3/45AT	120	151,76	
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14 7	145	33,67	
Pomidorai	18/23 3	70	15,54	
Orkaitėje kepti lietiniai blynėliai su varškės ir špinatų įdaru (alergenai Nr. 2,3)	7-8/163	165	349,28	
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20	
Vanduo	17-102	200	0,00	
<b>Ketvirtadienis</b>				
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/21AT 2	150	126,53	
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	2,97	
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 2	30	64,56	
Kiaulienos išpjovos ir daržovių troškiny (bulvės, morkos) (tausojantis)	11-5/104T	190	192,22	
Bulvių košė (tausojantis, augalinis)	4-3/64T 5	100	102,90	
Švieži pomidorai	18/23 4	80	17,76	
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis, tausojantis)	4-3/69AT 3	70	57,93	
Virti varškėčiai su viso grūdo miltais (tausojantis) (alergenai Nr.1, 2, 3)	7-3/60T	200	445,72	
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 4	20	11,86	
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20	
Vanduo	17-102	200	0,00	
<b>Penktadienis</b>				
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	1-3/24 AT 1	150	104,34	
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	8,90	
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 4	50	107,60	
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	4-8/160T	180	293,04	
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14 9	160	37,02	
Keptos su garais šakninės daržovės (morkos, burokėliai, salierai) su saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis, alergenai Nr. 7)	4-7/142AT 2	70	83,10	
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20	
Vanduo	17-102	200	0,00	

Vyr.virėja

Kalkuliuotoja

Rėda Dulkienė

Regina Vaitekūnienė

**Pirmadienis**

11 metų ir vyresnio amžiaus vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energetinė vertė, kcal
1	2	3	4
Perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/40AT 1	150	120,89
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 3	40	86,08
Kepta su garais žuvis (tausojantis)	9-7/140T 6	140	100,28
Žiedinių kopūstų ir ryžių troškiny su grietinėle (10%), (tausojantis)	4-5/107T 5	150	192,37
Morkų, obuolių, morkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/12 7	180	86,94
Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T	150	187,20
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17-102	200	0,00

**Antradienis**

Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/41AT 1	150	95,88
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	10	5,93
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 2	30	64,56
Vištienos krūtinėlė su ryžiais ir morkomis (tausojantis)	10-5/104T 5	160 (95/65)	224,16
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A 4	110	144,88
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 2	60	8,52
Keptas orkaitėje makaronų su daržovėmis ir sūriu apkepęs (tausojantis)	6-8/160T	200	413,80
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17-102	200	0,00

**Trečiadienis**

Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/29AT 1	100	37,29
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	2,97
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 3	40	86,08
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai su avižų sėlenomis ir tarkuotu obuoliu (tausojantis)	11-8/160T	140	227,96
Virtos bulvės	4-3/61T	100	159,10
Baltųjų ridikėlių ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A	60	55,55
Pomidorai	18/23 3	70	15,54
Bulvių kotletas su varške	Nr.60	200	445,97
Jogurtinis padažas (2,5%) su žalumynais	14-1/2	50	74,70
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17-102	200	0,00

**Ketvirtadienis**

Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/38AT 1	150	143,79
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	10	5,93
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 3	40	86,08
Varškės apkepęs su sorų kruopomis (tausojantis)	7-8/162T	120	274,08
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5%) su žalumynais	14-1/2 3	25	40,04
Orkaitėje kepta paukštienos filė	Nr.31	100	253,60
Ryžių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	3-3/36T	110	122,80
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 4	90	12,78
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17-102	200	0,00

**Penktadienis**

Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	1-3/36AT	150	167,77
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	2,97
Viso grūdo ruginė duona (alergenai Nr.1)	18/70 2	30	64,56
Vištienos kumpelių guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T	160	172,32
Grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi	3-3/52AT 4	100	180,52
Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A	60	30,50
Pomidorai	18/23 3	70	15,54
Sezoniai vaisiai arba uogos		100	57,20
Vanduo	17-102	200	0,00

Vyr.virėja  
Kalkuliotoja

Rėda Dulkienė  
Regina Vaitekūnienė