VYTAUTO MIKALAUSKO MENŲ GIMNAZIJA

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11 IR VYRESNIŲ METŲ VAIKAMS (BENDRABUTIS)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 16.00 val.

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Pirmadienis

1 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%)	3-3/3OT	250	7,0	4,0	46,4	249,9
Grūdėta varškė (4%)		130	15,6	9,1	3,5	158,3
Sezoniniai vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**23,2**	**13,7**	**69,5**	**494,1**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (tausojantis)	1-3/25AT	150	3,01	3,46	24,20	139,99
Keptas orkaitėje žuvies (jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis)	9-7/142T	200	35,5	9,6	4	254,8
Morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A	60	0,8	4,3	5,6	64,3
Bulvių ir morkų košė (tausojantis)	3/62T	130	2,85	3,36	21,75	127,81
Kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A	170	2,0	8,9	6,4	124,0
Sezoninės daržovės agurkai, pomidorai, ridikėliai, salotos		140	0,7	0,2	3,1	29,2
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**44,86**	**29,82**	**65,05**	**750,1**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		150	1,4	0,5	15,6	69
Sausainis (Sveikuolis)		25	3,2	7,9	12,4	137,8
		Iš viso:	**4,6**	**8,4**	**28,0**	**206,8**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu 45% (tausojantis)(107/40/13)	6-5/101T	160	8,3	9,7	36,8	267,5
Nesaldinta arbata (mėtų)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**8,3**	**9,7**	**36,8**	**267,5**
Iš viso (dienos davinio):			**80,96**	**61,62**	**199,35**	**1718,5**

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Antradienis

1 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų košė su sėlenomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/47T	300	12,4	7,0	53,8	327,8
Sezoniniai vaisiai, uogos		170	0,7	0,7	22,1	97,2
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**13,1**	**7,7**	**75,9**	**425,0**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT	150	1,4	6,4	14,15	138,5
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20	1,0	0,6	1,0	11,8
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Jautienos troškinys su moliūgais (tausojantis)	12-5/100T	146/34	32,7	20,25	18,9	368,8
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A	110	1,3	10,7	4,8	120,5
Sezoninės daržovės: agurkai, pomidorai, ridikai		140	0,7	0,2	3,1	29,2
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**40,1**	**38,75**	**59,05**	**754,9**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Avižiniai sausainiai su razinomis		100	5,6	3,3	32,6	182,2
		Iš viso:	**6,2**	**3,9**	**52,1**	**268,0**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai	Nr.70	150/20	11,05	14,20	54,55	384,82
Grietinė (30%)		20	0,32	4,00	0,41	39,07
Nesaldinta arbata (mėtų)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**11,37**	**18,20**	**54,96**	**423,89**
Iš viso (dienos davinio):			**70,77**	**68,55**	**242,01**	**1871,79**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kniščiūnaitė

Trečiadienis

1 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	3-3/31AT	300	8,6	11,7	49,5	338,1
Nesaldintas jogurtas (2,5%) su sezoniniais vaisiais ir razinomis	15-1/9	65/45	3.6	1.8	18.3	104.3
Sezoniniai vaisiai, uogos		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbata (juodoji)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**12.6**	**14.0**	**80.8**	**499.6**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/22AT	100	5,9	8,2	33,9	232,5
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos žirneliai, kopūstai) troškinys (tausojantis)	10-5/101T	84,96	19,4	8,6	20,8	237,7
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A	130	2,5	9,3	11,5	139,3
Sezoninės daržovės: agurkai, pomidorai, ridikėliai		140	0,7	0,2	3,1	292
Sezoniniai vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**32,1**	**27,5**	**105,9**	**809,6**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisių sultys 100%		200	0,7	0,6	19,5	87,8
Bandelė su cinamonu		85	5,9	1,5	41,2	212,0
		Iš viso:	**6,6**	**2,1**	**60,7**	**299,8**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (9%) su grietine (30%) (tausojantis)	85/30	150/25	23,03	21,12	27,5	394,20
Trintos braškės		30	0,12	0,12	3,9	17,16
Nesaldinta arbata (mėtų)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**23,15**	**21,24**	**31,4**	**411,36**
		Iš viso (dienos davinio):	**74,45**	**64,84**	**278,8**	**2020,36**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Ketvirtadienis

1 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/52AT	160	9,5	4,6	51,7	286,7
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru (sumuštinis)	16-1/3	50/10/20	3,5	5,4	19,6	140,9
Sezoniniai vaisiai, uogos		120	0,5	0,5	15,6	68,6
Nesaldinta arbata (juodoji)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**13,5**	**10,5**	**86,9**	**496,2**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų su morkomis sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT	150	1,3	6,5	7,03	108,03
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T	160	38,97	18,97	8,5	360,91
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/53T	110	2,8	1,3	25,0	122,8
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A	170	2,0	8,9	6,4	114,0
Švieži agurkai		70	0,2	0,1	1,6	8,5
Sezoniniai vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**45,87**	**36,37**	**68,03**	**800,04**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais, smulkintais migdolų riešutais, citrinos sultimis	2-1/25A	150	1,8	1,5	23,8	116,0
Javainis		24	1,2	0,8	19,0	90,5
		Iš viso:	**3,0**	**2,3**	**42,8**	**206,5**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9%) su viso grūdo miltais (tausojantis) (85/85)	7-3/60T	170	21,5	10,2	50,3	378,9
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		15	0,7	0,4	0,7	8,9
Nesaldinta arbata (erškėčių vaisių)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**22,2**	**10,06**	**51,0**	**387,8**
		Iš viso (dienos davinio):	**84,57**	**59,23**	**248,73**	**1890,24**

PATVIRTINTA VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Penktadienis

1 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/34AT	200	5,7	3,8	29,1	173,0
Virtas kiaušinis (tausojantis)	8-3/60T	70	8,6	8,2	0,5	110,1
Viso grūdo duonelė su saulėgrąžomis	16-8/161	50	8,4	4,0	25,0	169,3
Traškios morkytės		110	1,1	0,2	9,6	44,7
Nesaldinta arbata (čiobrelių)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**23,7**	**16,2**	**64,1**	**497,1**

Pietūs 11:30 – 12:30 val. .

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Kepti su garais kiaulienos kotletai (tausojantis)	Nr.30	140	23,8	14,2	20,4	299,81
Biri grikių košė su sviestu (82%)	3-3/5OT	100	5,94	3,89	32,36	188,20
Šviežios daržovės: agurkai, pomidorai		140	0,7	0,2	3,1	29,2
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Sezoniniai vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**38,93**	**23,67**	**112,13**	**824,98**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje obuoliai su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis)	15-8/161AT	100	1,06	2,50	18,35	100
Vaisių sultys 100%		200	0,7	0,6	19,5	87,8
		Iš viso:	**1,76**	**3,1**	**37,85**	**187,8**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas su sorų kruopomis (tausojantis) (85/85)	7-8/162T	170	23,6	17,1	35,0	388,3
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		15	0,71	0,38	0,68	9
Nesaldinta arbata (ramunėlių)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**25,4**	**19,9**	**54,1**	**497,3**
		Iš viso (dienos davinio):	**89,79**	**62,87**	**268,18**	**2007,18**

PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kaiščiūnaitė

Pirmadienis

2 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	3-3/55AT	250	10.4	8.8	50.6	322.8
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	16-1/1	32/6/22	7.2	7.1	14.5	150.7
Sezoniniai vaisiai, uogos		90	0.4	0.4	11.7	51.5
Nesaldinta arbata (čiobrelių)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**17,9**	**16,2**	**76,8**	**525,0**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT	150	2,10	4,82	17,28	120,89
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Kepta orkaitėje žuvis (menkė) (tausojantis)	16/41	170	33,05	4,23	7,24	350,6
Žiedinių kopūstų ir ryžių troškinys su grietinėle (10%) (70/75/25)	4-5/107T	170	5,4	3,0	42,3	218,1
Morkų, obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/12	180	3,0	1,3	15,8	86,8
Sezoninės daržovės: agurkai, pomidorai		140	0,7	0,2	3,1	29,2
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**47,25**	**14,15**	**102,82**	**891,69**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		140	0,6	0,6	18,2	80,1
Avižiniai sausainiai		100	5,6	3,3	32,6	182,2
		Iš viso:	**6,2**	**3,9**	**50,8**	**262,3**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti su garais varškės (9%) ir cukinijų paplotėliai (tausojantis) (126/74)	7-7/161T	200	23,0	19,7	12,1	317,7
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		30	1,2	0,8	1,3	16,7
Nesaldinta arbata (mėtų)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**24,2**	**20,5**	**13,4**	**334,4**
		Iš viso (dienos davinio):	**95,55**	**54,75**	**243,82**	**2013,39**

VALSTYBĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Antradienis

2 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	3-3/36AT	250	6,3	5,4	68,6	348,5
Pienas (2,5%)		120	3,8	3,0	5,6	64,9
Sezoniniai vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Nesaldinta arbata (juodoji)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**10,8**	**9,0**	**93,7**	**499,2**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT	150	2,32	3,37	16,11	104,02
Kepta su garais riebi (lašiša, skumbrė) (tausojantis)	9-7/145T	125	21,4	28,3	0,6	343,0
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT	140	2,91	0,11	26,4	118,42
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	130	1,9	3,4	13,6	92,4
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Sezoninės daržovės: agurkai, pomidorai, ridikėliai, salotos ir t.t.		140	0,7	0,2	3,1	29,2
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**31,82**	**35,97**	**73,11**	**756,22**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pienas (2,5%)		200	6,9	7,4	9,4	132,0
Bandelė		75	4,3	8,2	41,8	245,0
		Iš viso:	**11,2**	**15,6**	**51,2**	**377,0**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (9%) su aguonomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis) (130/30)	7-8/160T	160	31,84	19,75	29,18	421,88
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20	0,94	0,50	0,90	11,86
Nesaldinta arbata (ramunėlių)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**32,78**	**20,25**	**30,08**	**433,74**
		Iš viso (dienos davinio):	**86,6**	**80,82**	**248,09**	**2066,16**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

TREČIADIENIS

2 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/53T	300	7,6	3,5	68,3	335,0
Varškė (9%) su kefyru (2,5%) ir trintais vaisiais, uogomis (tausojantis)	15-1/2	40/20/10	7,8	4,1	6,0	91,9
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**15,4**	**7,6**	**74,3**	**426,9**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20	0,94	0,50	0,90	11,9
Kepti orkaitėje kalakutienos filė maltinukai su varške ir cukinija (tausojantis) (88/40/22)	10-8/161T	150	26,5	3,8	5,2	161,2
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT	150	4,5	3,8	34,4	189,8
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu	2-1/14	145	2,2	1,0	4,0	33,6
Sezoninė daržovės: pomidorai, ridikėliai, salotos		140	0,7	0,2	3,1	29,2
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**42,73**	**14,08**	**84,37**	**647,67**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		130	0,5	0,5	16,9	74,4
Sausainiai (Kauno)		100	3,2	7,9	12,4	127,8
		Iš viso:	**3,7**	**8,4**	**29,3**	**202,2**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	8-8/162T	200	22,8	22,6	20,2	375,4
Morkų košė su sviestu (82%)	4-3/67T	100	0.9	3.1	7.4	60.7
Švieži pomidorai apšlakstyti tyru alyvuogių aliejumi (70/5)		70/5	0,1	5,0	0,3	46,4
Švieži agurkai		70	0,2	0,1	1,6	8,5
Nesaldinta arbata (mėtų)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**23,9**	**30,8**	**29,5**	**491,0**
		Iš viso (dienos davinio):	**85,73**	**60,88**	**217,47**	**1767,77**

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Ketvirtadienis

2 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT	250	11,6	5,0	61,4	336,5
Kietasis sūris (40%)		20	6,6	5,2	0,0	73,2
Sezoniniai vaisiai, uogos		170	0,7	0,7	22,1	97,2
Nesaldinta arbata (erškėtrožių)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**18,8**	**10,8**	**83,5**	**506,9**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/21AT	150	2,71	6,39	14,55	126,53
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		5	0,24	0,13	0,23	3,0
Viso grūdo ruginė duona		40	0,3	0,6	17,1	86,1
Kiaulienos ir morkų troškinys su porais (tausojantis)	11-5/102T	94/26	21,3	12,3	5,7	218,5
Biri žalių grikių košė su sviestu (82%) 9tausojantis)	3-3/50T	100	5,94	3,89	32,36	188,20
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (augalinis)	4-3/69AT	70	1,0	4,3	6,3	67,6
Sezoninės daržovės: agurkai, pomidorai, ridikėliai, salotos		140	0,7	0,2	3,1	29,2
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**32,19**	**27,81**	**79,34**	**719,13**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		160	0,6	0,6	20,8	91,5
Javainis		24	1,2	0,8	19,0	90,5
		Iš viso:	**1,8**	**1,4**	**39,8**	**182,0**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	4-8/160T	240	28,1	19,1	27,3	393,3
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		30	1,4	0,8	1,4	17,8
Nesaldinta arbata (ramunėlių)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**29,5**	**19,9**	**28,7**	**411,1**
		Iš viso (dienos davinio):	**82,29**	**59,91**	**231,34**	**1819,13**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kiščiūnaitė

Penktadienis

2 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su moliūgais, sviestu (82%) ir cinamonu (tausojantis)	3-3/38T	300	7,9	3,6	72,3	353,1
Džiovintos spanguolės		20	0,0	0,3	15,0	62,4
Sezoniniai vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Nesaldinta arbata (juodoji)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**8,6**	**4,4**	**106,8**	**501,3**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT	150	3,84	3,29	14,85	111,34
Lęšių kotletai (tausojantis)	5-8/162T	200	21,5	11,6	51,6	396,7
Orkaitėje keptos bulvės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)	4-8/163AT	140	3,3	8,3	28,6	202,6
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14	160	2,4	1,1	4,4	37,0
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**31,04**	**24,29**	**99,45**	**747,64**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		120	0,5	0,5	15,6	68,6
Jogurtas (2%)		330	13,2	8,8	14,3	183,7
		Iš viso:	**13,7**	**9,3**	**29,9**	**252,3**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (kalafiorai, morkos, bulvės, moliūgai) troškinys su varškės (13%) sūriu (tausojantis)	7-5/1T	180/20	10,6	15,8	14,4	241,6
Viso grūdo duona su sviestu (82%), saulėgrąžų, linų sėmenų, sezamo sėklų užtepėle	16-1/2	29/7/14	5,2	8,9	21,4	186,3
Nesaldinta arbata (ramunėlių)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**15,8**	**24,7**	**35,8**	**427,9**
		Iš viso (dienos davinio):	**69,14**	**62,69**	**271,95**	**1929,14**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Pirmadienis

3 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežių perlinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/35T	300	6,6	6,2	50,1	282,2
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9%) ir obuoliais	16-8/160	28/28/14	6,2	3,5	18,0	128,9
Sezoniniai vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Nesaldinta arbata (juodųjų serbentų)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**13,4**	**10,3**	**87,7**	**496,9**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT	150	4.33	1.86	18.60	108.43
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,5	0,3	0,5	5,9
Kepti su garais jautienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141T	130	26,3	17,2	4,6	278,7
Grikių košė su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/52AT6	140	8,29	4,13	45,60	252,72
Švieži agurkai		100	0,3	0,2	2,3	12,2
Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/2A	120	1,41	3,9	9,15	77,39
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**43,11**	**29,0**	**82,75**	**735,34**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		120	0,45	0,45	15,6	68,7
Pienas (2,5%)		200	6,9	7,4	9,4	132,0
		Iš viso:	**7,35**	**7,85**	**25,0**	**200,7**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais (182/28)	3-6/120	210	13,1	18,2	57,5	446,0
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	14-1/2	20	0,94	0,5	0,9	11,9
Nesaldinta arbata (mėtų)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**14,04**	**18,7**	**58,4**	**457,9**
		Iš viso (dienos davinio):	**77,9**	**65,85**	**253,85**	**1890,84**

PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Antradienis

3 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri žalių grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T	180	10,7	7,0	58,2	338,4
Trinta varškė (9%) su braškėmis	15-1/8	47/23	9,1	5,1	5,8	105,4
Sezoniniai vaisiai, uogos		100	0,4	0,4	13,0	57,2
Nesaldinta arbata (juodųjų serbentų)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**20,1**	**12,5**	**77,0**	**501,0**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT	150	1,91	4,75	14,38	125,88
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,5	0,3	0,5	5,9
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Sorų kruopų troškinys su vištienos filė (tausojantis)	10-5/112T	108/72	24,12	10,75	26,42	298,94
Švieži agurkai, pomidorai		120	0,6	0,2	2,66	23,03
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A	140	4,8	10,1	18,3	183,9
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**34,93**	**26,7**	**79,36**	**723,75**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		80	0,3	0,3	10,4	45,8
Sausainis sveikuolis		25	3,2	7,9	11,4	136,8
		Iš viso:	**3,5**	**8,2**	**21,8**	**182,6**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų apkepas su varške (9%) (tausojantis) (85/85)	7-8/165T	170	3,2	2,5	3,9	50,9
Kefyras (2,5%)		100	3,2	2,5	3,9	50,9
Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės) su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis)	15-8/161AT	100	1,1	2,5	18,3	100,0
		Iš viso:	**24,9**	**17,4**	**62,8**	**507,1**
		Iš viso (dienos davinio):	**83,43**	**64,8**	**240,96**	**1914,45**

PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Trečiadienis

3 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižų kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T	300	9,7	7,2	50,1	304,0
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	16-1/4	35/7/28	10,1	1,2	16,8	118,5
Sezoniniai vaisiai, uogos		130	0,5	0,5	16,9	74,4
Nesaldinta arbata (juodųjų serbentų)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**20,3**	**9,0**	**83,8**	**496,9**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT	150	2,36	6,54	16,44	134,05
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		5	0,2	0,1	0,2	2,8
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Orkaitėje kepti Svetainės kotletai (tausojantis)	52/16	130	32,5	32,5	9,27	458,35
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T	110	2,85	3,36	21,75	127,81
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A	130	1,55	6,8	4,88	87,17
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**42,46**	**49,9**	**69,64**	**896,28**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0,4	0,4	13,0	57,0
Jogurtas (2%)		330	13,2	8,8	14,3	183,7
Iš viso:			**13,6**	**9,2**	**27,3**	**240,7**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių apkepas (tausojantis)	3-8/164T	140	16,06	22,80	44,33	446,78
Varškės (9%) ir žolelių padažas	14-1/1	10	1,1	0,6	0,4	11,8
Nesaldinta arbata (mėtų)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**17,17**	**22,86**	**44,73**	**457,86**
		Iš viso (dienos davinio):	**93,53**	**90,96**	**225,47**	**2091,74**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Ketvirtadienis

3 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T	300	11,7	7,7	55,2	337,1
Vaisių (bananai, apelsinai, persikai, kiviai it t.t.) salotos (tausojantis)	15-1/7A	140	2,8	5,0	28,5	170,2
Nesaldinta arbata (erškėtrožių)	17-1/2	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**14,5**	**12,7**	**83,7**	**507,3**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT	150	3,73	5,10	20,73	143,79
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20	1,0	0,6	1,0	11,8
Kepti orkaitėje žemaičių blynai su maltos jautienos įdaru (augalinis) (tausojantis)	5-8/161AT	200	9,9	4,8	58,1	315,22
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5%) su žalumynais	14-1/2	30	1,2	3,6	1,9	44,8
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A	150	1,3	10,6	8,9	136,1
Sezoninės vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**17,73**	**25,3**	**110,13**	**737,51**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Sausainiai (Kauno)		100	3,2	7,9	12,4	127,8
		Iš viso:	**3,8**	**8,5**	**31,9**	**213,6**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas(tausojantis)	7-8/169T	200	25.2	17.1	44.9	434.1
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20	0.8	0.5	0.9	11.1
Nesaldinta arbata (ramunėlių)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**26.0**	**17.6**	**45.8**	**445.2**
		Iš viso (dienos davinio):	**62,03**	**64,1**	**271,53**	**1903,61**

PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Direktorė
Emilija Kriščiūnaitė

Penktadienis

3 savaitė

Pusryčiai 08:00 – 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105A T	300	9,0	7,7	68,7	379,6
Kefyras (2,5%)		120	3,8	3,0	4,7	61,1
Sezoniniai vaisiai, uogos		110	0,4	0,4	14,3	62,9
		Iš viso:	**13,3**	**11,1**	**87,7**	**503,4**

Pietūs 11:30 – 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT	150	8,48	4,33	23,72	167,77
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10	0,4	0,3	0,4	5,6
Viso grūdo ruginė duona		40	3,0	0,6	17,1	86,1
Kalakutienos (vištienos) šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais, morkomis, paprikomis(tausojantis)	10-5/102T	180(105-75)	26,88	8,88	16,8	254,52
Biri ryžių kruopų košė su sviestu (82%)	59/3/16	100/5	2,57	4,81	27,46	157,51
Švieži pomidorai, agurkai (augalinis)		120	0,36	0,24	2,76	14,64
Sezoniniai vaisiai, uogos		150	0,6	0,6	19,5	85,8
Vanduo		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**42,29**	**19,76**	**107,74**	**771,94**

Pavakariai 14:30 – 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sultys 100%		200	0,7	0,6	19,5	87,8
Javainis		24	1,2	0,8	19,0	90,5
		Iš viso:	**1,9**	**1,4**	**38,5**	**178,3**

Vakarienė 15:00 – 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių blyneliai su morkomis, paprikomis ir salierais ir jogurto (2,5%) padažu	3-6.121	192/28	13,9	18,0	52,2	426,6
Nesaldinta arbata (ramunėlių)		200	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**13,9**	**18,0**	**52,2**	**426,6**
		Iš viso (dienos davinio):	**71,39**	**50,26**	**286,14**	**1880,24**

PANEVĖŽIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA