

BRAŽUOLĖS LOPŠELIS- DARŽELIS
2017 METŲ PERSPEKTYVINIAI VALGIARAŠČIAI

TVIRTINU

Direktorė
 Aldona Malaitytė
 2017 – 09 -06 įsak. Nr. V- 18

Pirma diena

| | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|--|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| Grupės | | | | | | | | | | | |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Troškintos daržovės (grietinės-pomidorų padažas) | 60A | 150 | 200 | 4,08 | 5,44 | 3,02 | 4,03 | 8,74 | 11,65 | 79,42 | 105,89 |
| Agurkai | 27S | 40 | 50 | 0,32 | 0,40 | 0,08 | 0,10 | 0,92 | 1,15 | 4,40 | 5,50 |
| Duona su sviestu | 9K | 40 | 40 | 3,74 | 3,74 | 5,95 | 5,95 | 23,94 | 23,94 | 161,83 | 161,83 |
| Kefyras 2,5proc. | | 100 | 150 | 3,40 | 5,10 | 2,50 | 3,75 | 4,90 | 7,35 | 60,00 | 90,00 |
| | | | Iš viso: | 11,54 | 14,68 | 11,55 | 13,83 | 38,50 | 44,09 | 305,65 | 363,22 |
| 11val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Sultys | | 150 | 150 | 0,57 | 0,57 | 0,08 | 0,08 | 18,57 | 18,57 | 78,75 | 78,75 |
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis | 6Sr | 150 | 200 | 1,41 | 1,89 | 4,26 | 5,69 | 8,43 | 11,24 | 73,13 | 97,51 |
| Duona | 1Š | 40 | 40 | 2,96 | 2,96 | 0,52 | 0,52 | 20,52 | 20,52 | 86,80 | 86,80 |
| Plovavimas su kalakutiena | 3A | 50/10 | 60/12 | 16,36 | 19,63 | 11,61 | 13,93 | 28,61 | 34,33 | 274,73 | 330,88 |
| Pomidorai | 29S | 50 | 100 | 0,50 | 1,00 | 0,10 | 0,20 | 2,05 | 4,10 | 8,50 | 17,00 |
| | | | Iš viso: | 22,56 | 26,81 | 16,87 | 20,72 | 92,12 | 102,70 | 578,91 | 666,94 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Varškės pudingas | 85A | 100 | 150 | 14,77 | 22,15 | 8,94 | 13,41 | 21,18 | 31,77 | 224,54 | 336,78 |
| Saldus grietinės padažas | 7P | 15 | 15 | 0,21 | 0,21 | 2,30 | 2,30 | 5,96 | 5,96 | 44,33 | 44,33 |
| Aviečių arbata | 1G | 150 | 200 | | | | | 11,23 | 14,97 | 29,62 | 39,50 |
| | | | Iš viso: | 14,98 | 22,36 | 11,24 | 15,71 | 38,37 | 52,70 | 298,47 | 420,61 |
| Dienos davinio vertė | | | | 49,08 | 63,85 | 39,66 | 50,26 | 168,99 | 199,49 | 1183,03 | 1450,77 |

Antra diena

| | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|-------------------------------|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| Grupės | | | | | | | | | | | |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Tiršta avižinių dribsnių košė | 98A | 150 | 200 | 7,39 | 9,85 | 7,37 | 9,83 | 26,35 | 35,13 | 194,55 | 259,40 |
| Uogienė | 15P | 20 | 20 | 0,06 | 0,06 | | | 14,18 | 14,18 | 54,20 | 54,20 |
| Juodoji arbata su citrina | 2G | 150 | 200 | 0,03 | 0,04 | 0,02 | 0,02 | 7,81 | 11,71 | 30,71 | 46,07 |
| | | | Iš viso: | 7,48 | 9,95 | 7,39 | 9,85 | 48,34 | 61,02 | 279,46 | 359,67 |
| 11 val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Razinų-ananasų kompotas | 13G | 150 | 150 | 0,67 | 0,67 | 0,26 | 0,26 | 26,75 | 26,75 | 91,33 | 91,33 |
| Daržovių sriuba | 11Sr | 150 | 200 | 1,49 | 2,00 | 4,23 | 5,65 | 9,40 | 12,53 | 77,53 | 103,37 |
| Duona (juoda) | 1Š | 20 | 20 | 1,48 | 1,48 | 0,26 | 0,26 | 10,26 | 10,26 | 43,40 | 43,40 |
| Žuvies šnicelis | 31A | 60 | 80 | 11,77 | 15,69 | 7,72 | 10,29 | 5,08 | 6,77 | 135,64 | 180,85 |
| Virtos bulvės | 1G | 40 | 50 | 0,82 | 1,03 | 0,04 | 0,05 | 7,54 | 9,42 | 33,37 | 41,72 |
| Burokėlių salotos su padažu | 15S | 40 | 40 | 0,65 | 0,65 | 5,65 | 5,65 | 4,75 | 4,75 | 67,87 | 67,87 |
| | | | Iš viso: | 17,64 | 22,28 | 18,46 | 22,46 | 77,72 | 84,42 | 505,14 | 584,54 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Bulvių kotletai su varške | 48A | 100 | 150 | 7,78 | 11,67 | 10,51 | 15,76 | 24,97 | 37,45 | 222,99 | 334,48 |
| Grietinės padažas | 3P | 15 | 20 | 0,27 | 0,35 | 2,88 | 3,84 | 0,80 | 1,06 | 30,14 | 40,19 |
| Kefyras 2,5proc. | | 100 | 150 | 3,40 | 5,10 | 2,50 | 3,75 | 4,90 | 7,35 | 60,00 | 90,00 |
| | | | Iš viso | 11,45 | 17,12 | 15,89 | 23,35 | 30,67 | 45,86 | 313,13 | 464,67 |
| Dienos davinio vertė | | | | 36,57 | 49,35 | 41,73 | 55,66 | 156,72 | 191,30 | 1097,73 | 1408,88 |

Ketvirta diena

| | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|---|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| Grupės | | | | | | | | | | | |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Kvietinių dribsnių košė | 117A | 150 | 200 | 6,47 | 8,63 | 5,17 | 6,89 | 27,93 | 37,24 | 184,08 | 245,44 |
| Uogienė | 15P | 15 | 20 | 0,05 | 0,06 | | | 10,64 | 14,18 | 40,65 | 54,20 |
| Arbata su pienu | 3G | 100 | 100 | 2,21 | 2,21 | 1,63 | 1,63 | 10,67 | 10,67 | 59,16 | 59,16 |
| | | | Iš viso: | 8,73 | 10,90 | 6,80 | 8,52 | 49,24 | 62,09 | 280,89 | 355,8 |
| 11 val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 57,72 | 57,72 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Obuolių kompotas | 14G | 150 | 150 | 0,17 | 0,17 | 0,15 | 0,15 | 15,82 | 15,82 | 62,66 | 62,66 |
| Barščių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis | 2Sr | 150 | 200 | 2,69 | 3,59 | 4,32 | 5,77 | 14,48 | 19,32 | 100,42 | 133,89 |
| Duona (balta) | 1Š | 45 | 45 | 2,39 | 2,39 | 0,36 | 0,36 | 24,39 | 24,39 | 103,95 | 103,95 |
| Kepta paukštienos file | 22A | 60 | 80 | 14,71 | 19,62 | 6,43 | 8,57 | 4,30 | 5,73 | 133,42 | 177,90 |
| Bulvių košė | 2Gar | 40 | 50 | 0,90 | 1,13 | 1,52 | 1,89 | 6,48 | 8,09 | 42,70 | 53,38 |
| Troškinti žiediniai kopūstai | 8Gar | 40 | 50 | 1,37 | 1,71 | 3,46 | 4,33 | 3,87 | 4,84 | 47,04 | 58,80 |
| | | | Iš viso: | 22,99 | 29,37 | 16,54 | 21,37 | 83,28 | 92,13 | 488,47 | 641,64 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Omletas su sūriu | 90A | 88 | 100 | 11,72 | 14,65 | 15,12 | 18,90 | 4,40 | 5,50 | 200,35 | 250,44 |
| Žali žirneliai | 34S | 50 | 100 | 245 | 4,90 | 0,10 | 0,20 | 7,90 | 15,80 | 32,00 | 64,00 |
| Duona balta | 1Š | 22,5 | 22,5 | 1,20 | 1,20 | 0,18 | 0,18 | 12,20 | 12,20 | 51,98 | 51,98 |
| Mėtų arbata | 1G | 200 | 200 | 0,04 | 0,04 | | | 10,21 | 10,21 | 40,50 | 40,50 |
| | | | Iš viso: | 15,41 | 20,79 | 15,40 | 19,28 | 34,71 | 43,71 | 324,83 | 406,92 |
| Dienos davinio vertė | | | | 47,13 | 61,06 | 38,74 | 49,17 | 167,23 | 197,93 | 1094,19 | 1404,36 |

Penkta diena

| | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|---|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| Grupės | | | | | | | | | | | |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Makaronai su sūriu | 66A | 150 | 180 | 11,95 | 14,36 | 11,15 | 13,38 | 39,87 | 47,84 | 312,38 | 374,85 |
| Natūralus pomidorų padažas | | 10 | 15 | 0,59 | 0,78 | 0,08 | 0,08 | 3,56 | 3,56 | 11,00 | 16,50 |
| Juodoji arbata | 1G | 150 | 150 | | | | | 11,23 | 11,23 | 29,62 | 29,62 |
| | | | Iš viso: | 12,54 | 15,14 | 11,23 | 13,46 | 54,66 | 62,63 | 353,00 | 420,97 |
| 11 val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Razinų kompotas | 9G | 150 | 150 | 0,56 | 0,56 | 0,14 | 0,14 | 25,29 | 25,29 | 84,44 | 84,44 |
| Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis | 13Sr | 150 | 200 | 1,27 | 1,69 | 3,16 | 4,22 | 10,48 | 13,98 | 71,88 | 95,84 |
| Duona (balta) | 1Š | 22,5 | 22,5 | 1,20 | 1,20 | 0,18 | 0,18 | 12,20 | 12,20 | 51,98 | 51,98 |
| Maltas (kiaulienos) šnicelis | 9A | 60 | 80 | 12,68 | 16,91 | 9,47 | 12,62 | 5,08 | 6,77 | 155,19 | 206,91 |
| Virtos bulvės | 1Gar | 40 | 50 | 0,82 | 1,03 | 0,04 | 0,05 | 7,54 | 9,42 | 33,37 | 41,72 |
| Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais | 2S | 50 | 75 | 0,54 | 0,81 | 4,79 | 7,19 | 2,24 | 3,36 | 50,78 | 76,17 |
| | | | Iš viso: | 17,83 | 22,96 | 18,06 | 24,70 | 76,77 | 84,96 | 503,64 | 613,06 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Bulviniai piršteliai | 45A | 150 | 200 | 3,19 | 4,25 | 0,98 | 1,31 | 48,14 | 64,19 | 209,54 | 279,38 |
| Grietinės padažas | 3P | 20 | 20 | 0,35 | 0,35 | 3,84 | 3,84 | 1,06 | 1,06 | 40,19 | 40,19 |
| Pienas 2,5proc. | | 150 | 150 | 5,10 | 5,10 | 3,75 | 3,75 | 7,35 | 7,35 | 84,00 | 84,00 |
| | | | Iš viso: | 8,64 | 9,70 | 8,57 | 8,90 | 56,55 | 72,60 | 333,73 | 403,57 |
| Dienos davinio vertė | | | | 39,01 | 47,79 | 37,88 | 47,06 | 187,98 | 220,19 | 1190,37 | 1437,60 |

Šešta diena

| Grupės | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|--|---------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Tiršta perlinių kruopų košė | 94A | 150 | 200 | 5,78 | 7,71 | 2,47 | 3,29 | 28,49 | 37,99 | 152,55 | 203,40 |
| Sviesto-grietinės padažas | 5P | 15 | 20 | 0,27 | 0,35 | 7,89 | 10,51 | 0,34 | 0,45 | 73,14 | 97,52 |
| Pienas 2,5 proc. | | 150 | 150 | 5,10 | 5,10 | 3,75 | 3,75 | 7,35 | 7,35 | 84,00 | 84,00 |
| | | | Iš viso: | 11,15 | 13,16 | 14,11 | 17,55 | 36,18 | 45,79 | 309,69 | 384,92 |
| 11 val | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Sultys | | 150 | 150 | 0,57 | 0,57 | 0,08 | 0,08 | 18,57 | 18,57 | 78,75 | 78,75 |
| Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis | 15Sr | 150 | 200 | 3,49 | 4,65 | 3,22 | 4,29 | 14,04 | 18,73 | 92,64 | 123,52 |
| Duona (juoda) | 1Š | 20 | 20 | 1,48 | 1,48 | 0,26 | 0,26 | 10,26 | 10,26 | 43,40 | 43,40 |
| Žuvies maltinis | 32A | 60 | 80 | 9,79 | 13,05 | 9,18 | 12,23 | 10,22 | 13,63 | 192,07 | 256,10 |
| Virtos bulvės | 1Gar | 40 | 50 | 0,82 | 1,03 | 0,04 | 0,05 | 7,54 | 9,42 | 33,37 | 41,72 |
| Salotos „Naujiena“ | 208 | 50 | 50 | 0,70 | 0,70 | 3,10 | 3,10 | 5,09 | 5,09 | 48,21 | 48,21 |
| | | | Iš viso: | 17,61 | 22,24 | 16,18 | 20,31 | 79,66 | 89,64 | 544,44 | 647,70 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Virti varškėčiai | 80A | 100 | 150 | 13,58 | 20,37 | 6,61 | 9,92 | 26,80 | 40,19 | 219,70 | 329,55 |
| Grietinės padažas | 3P | 15 | 20 | 0,27 | 0,35 | 2,88 | 3,84 | 0,80 | 1,06 | 30,14 | 40,19 |
| Mėtų arbata su citrina | 2G | 150 | 150 | 0,04 | 0,04 | 0,02 | 0,02 | 11,71 | 11,71 | 31,25 | 31,25 |
| | | | Iš viso: | 13,89 | 20,76 | 9,51 | 13,78 | 39,31 | 52,96 | 281,09 | 400,99 |
| Dienos davinio vertė | | | | | | | | | | | |
| | | | | 42,65 | 56,16 | 39,80 | 51,64 | 155,15 | 188,39 | 1135,22 | 1433,61 |

Septinta diena

| Grupės | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|---|---------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Tiršta ryžių kruopų košė | 91A | 150 | 200 | 4,92 | 6,56 | 5,60 | 7,47 | 29,05 | 38,73 | 181,11 | 241,48 |
| Uogienė | 15P | 15 | 20 | 0,05 | 0,06 | | | 10,64 | 14,18 | 40,65 | 54,20 |
| Pienas 2,5proc. | | 150 | 150 | 5,10 | 5,10 | 3,75 | 3,75 | 7,35 | 7,35 | 84,00 | 84,00 |
| | | | Iš viso: | 10,07 | 11,72 | 9,35 | 11,22 | 47,04 | 60,26 | 305,79 | 379,68 |
| 11 val | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Sultys | | 150 | 150 | 0,57 | 0,57 | 0,08 | 0,08 | 18,57 | 18,57 | 78,75 | 78,75 |
| Rūgštynių sriuba su bulvėmis | 8Sr | 150/10 | 200/10 | 2,54 | 2,97 | 5,51 | 6,96 | 9,83 | 13,08 | 95,22 | 121,73 |
| Duona (juoda) | 1Š | 20 | 20 | 1,48 | 1,48 | 0,26 | 0,26 | 10,26 | 10,26 | 43,40 | 43,40 |
| Kukuliai „Buratinas“ | 27A | 60/15 | 80/20 | 11,46 | 15,29 | 15,26 | 20,34 | 5,75 | 7,67 | 205,53 | 274,04 |
| Virtos bulvės | 1Gar | 40 | 50 | 0,82 | 1,03 | 0,04 | 0,05 | 7,54 | 9,42 | 33,37 | 41,72 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais ir aliejaus padažu | 21S | 40 | 50 | 0,43 | 0,54 | 3,86 | 4,83 | 1,97 | 2,47 | 41,74 | 52,18 |
| | | | Iš viso: | 18,06 | 22,64 | 25,31 | 32,82 | 67,86 | 75,41 | 554,01 | 667,82 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Lietiniai | 70A | 100 | 120 | 7,37 | 8,84 | 9,37 | 11,24 | 36,37 | 43,64 | 255,66 | 306,80 |
| Saldus grietinės padažas | 7P | 10 | 10 | 0,14 | 0,14 | 1,53 | 1,53 | 3,97 | 3,97 | 29,55 | 29,55 |
| Čiobrelių arbata | 1G | 150 | 150 | | | | | 11,23 | 11,23 | 29,62 | 29,62 |
| | | | Iš viso: | 7,51 | 8,98 | 10,90 | 12,77 | 51,57 | 58,84 | 329,65 | 380,79 |
| Dienos davinio vertė | | | | | | | | | | | |
| | | | | 35,64 | 43,34 | 45,56 | 56,81 | 166,47 | 194,51 | 1174,60 | 1413,47 |

Aštunta diena

| Grupės | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|-----------------------------------|---------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Sausi pusryčiai su pienu | 25Š | 150 | 200 | 7,65 | 10,20 | 4,13 | 5,50 | 34,76 | 46,35 | 207,00 | 276,00 |
| Obuoliai | | 100 | 100 | 1,20 | 1,20 | 0,30 | 0,30 | 23,10 | 23,10 | 97,00 | 97,00 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | Iš viso: | 8,85 | 11,40 | 4,43 | 5,80 | 57,86 | 69,45 | 304,00 | 373,00 |
| 11 val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | 49S | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Džiovintų abrikosų kompotas | 11G | 150 | 150 | 0,92 | 0,92 | 0,12 | 0,12 | 24,52 | 24,52 | 82,76 | 82,76 |
| Ryžių kruopų sriuba su pomidorais | 23Sr | 150 | 200 | 1,05 | 1,41 | 4,35 | 5,80 | 9,10 | 12,14 | 75,70 | 100,93 |
| Duona (juoda) | 1Š | 20 | 20 | 1,48 | 1,48 | 0,26 | 0,26 | 10,26 | 10,26 | 43,40 | 43,40 |
| Kiaulienos kepinukai | 8A | 60 | 80 | 9,49 | 12,65 | 19,59 | 26,12 | 6,70 | 8,94 | 239,94 | 319,92 |
| Virtos bulvės | 1Gar | 40 | 50 | 0,82 | 1,03 | 0,04 | 0,05 | 7,54 | 9,42 | 33,37 | 41,72 |
| Pomidorai | 29S | 50 | 100 | 0,50 | 1,00 | 0,10 | 0,20 | 2,05 | 4,10 | 8,50 | 17,00 |
| | | | Iš viso: | 15,50 | 19,73 | 25,22 | 33,31 | 74,85 | 84,06 | 550,07 | 671,83 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Varškės ir morkų apkepas | 84A | 100 | 120 | 12,36 | 14,83 | 12,00 | 14,40 | 18,79 | 22,55 | 230,85 | 277,02 |
| Saldus grietinės padažas | 7P | 15 | 15 | 0,21 | 0,21 | 2,30 | 2,30 | 5,96 | 5,96 | 44,33 | 44,33 |
| Avičių arbata | 1G | 150 | 150 | | | | | 11,23 | 11,23 | 29,62 | 29,62 |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | Iš viso: | 12,57 | 15,04 | 14,30 | 16,70 | 35,98 | 39,74 | 304,80 | 350,97 |
| Dienos davinio vertė | | | | 36,92 | 46,17 | 43,95 | 55,81 | 168,69 | 193,25 | 1158,87 | 1395,80 |

Devinta diena

| | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|---------------------------------|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| Grupės | | | | | | | | | | | |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Miežinių dribsnių košė | 116A | 150 | 200 | 5,88 | 7,84 | 5,63 | 7,51 | 25,16 | 33,54 | 172,20 | 229,60 |
| Uogienė | 15P | 15 | 20 | 0,05 | 0,06 | | | 10,64 | 14,18 | 40,65 | 54,20 |
| Čiobrelių arbata | 1G | 200 | 200 | | | | | 14,97 | 14,97 | 39,50 | 39,50 |
| | | | Iš viso: | 5,93 | 7,90 | 5,63 | 7,51 | 50,77 | 62,69 | 252,35 | 323,30 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Sultys | | 150 | 150 | 0,57 | 0,57 | 0,08 | 0,08 | 18,57 | 18,57 | 78,75 | 78,75 |
| Barščių sriuba su bulvėmis | 1Sr | 150 | 200 | 1,42 | 1,90 | 4,23 | 5,64 | 11,56 | 15,42 | 85,65 | 114,20 |
| Duona (balta) | 1Š | 22,5 | 22,5 | 1,20 | 1,20 | 0,18 | 0,18 | 12,20 | 12,20 | 51,98 | 51,98 |
| Maltas kalakutienos šnicelis | 25A | 60 | 80 | 12,45 | 16,60 | 7,90 | 10,53 | 4,56 | 6,08 | 137,71 | 183,62 |
| Bulvių košė | 2Gar | 40 | 50 | 0,90 | 1,13 | 1,52 | 1,89 | 6,48 | 8,09 | 42,70 | 53,38 |
| Salotos „Pavasaris“ su grietine | 43S | 50 | 100 | 0,66 | 1,31 | 2,46 | 3,08 | 1,49 | 2,98 | 34,70 | 69,40 |
| | | | Iš viso: | 17,96 | 23,47 | 16,67 | 21,70 | 68,80 | 77,28 | 487,49 | 607,33 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Mieliniai blynai | 68A | 100 | 120 | 7,94 | 9,53 | 17,87 | 21,44 | 38,00 | 45,60 | 339,08 | 406,90 |
| Uogienė | 15P | 10 | 15 | 0,03 | 0,05 | | | 7,09 | 10,64 | 27,10 | 40,65 |
| Juodoji arbata | 1G | 150 | 150 | | | | | 11,23 | 11,23 | 29,62 | 29,62 |
| Kefyras | 169 | 170 | 200 | 4,76 | 5,6 | 5,44 | 6,4 | 6,97 | 8,2 | 100,3 | 118 |
| | | | Iš viso: | 7,97 | 9,58 | 17,87 | 21,44 | 56,32 | 67,47 | 395,18 | 477,17 |
| Dienos davinio vertė | | | | 31,85 | 40,94 | 40,17 | 50,65 | 175,88 | 207,44 | 1135,02 | 1407,80 |

Dešimta diena

| | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|---------------------------------------|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| Grupės | | | | | | | | | | | |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Tiršta ryžių kruopų košė su razinomis | 100A | 150 | 200 | 4,58 | 6,11 | 5,31 | 7,08 | 34,66 | 46,21 | 197,45 | 263,26 |
| Uogienė | 15P | 15 | 20 | 0,05 | 0,06 | | | 10,64 | 14,18 | 40,65 | 54,20 |
| Melisos arbata | 1G | 200 | 200 | | | | | 14,97 | 14,97 | 39,50 | 39,50 |
| | | | Iš viso: | 4,63 | 6,17 | 5,31 | 7,08 | 60,27 | 75,36 | 277,60 | 356,96 |
| 11 val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Obuolių kompotas | 14G | 150 | 150 | 0,17 | 0,17 | 0,15 | 0,15 | 15,82 | 15,82 | 57,72 | 57,72 |
| Pertrinta daržovių sriuba | 12Sr | 150 | 200 | 2,28 | 3,03 | 5,02 | 6,69 | 33,39 | 44,53 | 96,08 | 128,11 |
| Duona (balta) | 1Š | 22,5 | 22,5 | 1,20 | 1,20 | 0,18 | 0,18 | 12,20 | 12,20 | 51,98 | 51,98 |
| Malti voleliai su kiaušiniiais | 15A | 80 | 100 | 12,30 | 15,37 | 14,13 | 17,67 | 12,27 | 15,34 | 221,87 | 277,33 |
| Bulvių košė | 2Gar | 50 | 50 | 1,13 | 1,13 | 1,89 | 1,89 | 8,09 | 8,09 | 53,38 | 53,38 |
| Troškinti kopūstai (šviežūs) | 7S | 50 | 50 | 1,06 | 1,06 | 3,64 | 3,64 | 6,27 | 6,27 | 56,87 | 56,87 |
| | | | Iš viso: | 18,89 | 22,72 | 25,31 | 30,52 | 101,98 | 116,18 | 593,39 | 681,39 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Bulvių, morkų, ž. žirnelių troškinys | 56A | 150 | 200 | 3,98 | 5,31 | 4,00 | 5,33 | 25,02 | 33,36 | 138,49 | 184,65 |
| Agurkai | 31S | 50 | 100 | 1,40 | 2,80 | | | 0,65 | 1,30 | 8,00 | 16,00 |
| Grietinės padažas su pomidorų padažu | 4P | 15 | 15 | 0,36 | 0,36 | 2,61 | 2,61 | 1,43 | 1,43 | 30,43 | 30,43 |
| Kefyras 2,5% | | 200 | 200 | 6,80 | 6,80 | 5,00 | 5,00 | 9,80 | 9,80 | 120,00 | 120,00 |
| | | | Iš viso: | 12,54 | 15,27 | 11,61 | 12,94 | 36,90 | 45,89 | 296,92 | 351,08 |
| Dienos davinio vertė | | | | 36,06 | 44,16 | 42,23 | 50,54 | 199,15 | 237,43 | 1167,91 | 1389,43 |

Vienuoliktą dieną

| Grupės | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|---|---------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Biri grikių kruopų košė su morkomis, svogūnais | 111A | 150 | 200 | 8,49 | 11,32 | 5,81 | 7,75 | 47,37 | 63,16 | 268,10 | 357,46 |
| Grietinės padažas su pomidorų padažu | 4P | 15 | 15 | 0,36 | 0,36 | 2,61 | 2,61 | 1,43 | 1,43 | 30,43 | 30,43 |
| Melisos arbata su citrina | 2G | 150 | 150 | 0,04 | 0,04 | 0,02 | 0,02 | 11,71 | 11,71 | 31,25 | 31,25 |
| | | | Iš viso: | 8,89 | 11,72 | 8,44 | 10,38 | 60,51 | 76,30 | 329,78 | 419,14 |
| 11 val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Džiovintų vaisių kompotas | 12G | 150 | 150 | 0,73 | 0,73 | 0,14 | 0,14 | 24,89 | 24,89 | 83,51 | 83,51 |
| Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis | 15Sr | 150 | 200 | 1,54 | 2,05 | 3,09 | 4,12 | 9,44 | 12,59 | 66,24 | 88,32 |
| Duona (juoda) | 1Š | 20 | 20 | 1,48 | 1,48 | 0,26 | 0,26 | 10,26 | 10,26 | 43,40 | 43,40 |
| Kalakutienos guliašas | 1A | 50/50 | 60/60 | 14,48 | 17,38 | 10,18 | 12,21 | 5,77 | 6,92 | 169,75 | 203,70 |
| Bulvių košė | 2Gar | 40 | 50 | 0,90 | 1,13 | 1,52 | 1,89 | 6,48 | 8,09 | 42,70 | 53,38 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais | 21S | 50 | 80 | 0,56 | 0,89 | 4,63 | 7,41 | 2,54 | 4,06 | 50,73 | 81,17 |
| | | | Iš viso: | 20,45 | 24,42 | 20,12 | 26,33 | 73,32 | 80,75 | 512,33 | 609,48 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Varškės spygliukai | 86A | 100 | 150 | 12,00 | 18,02 | 6,69 | 10,04 | 21,07 | 31,60 | 193,09 | 289,63 |
| Grietinės padažas | 3P | 15 | 15 | 0,27 | 0,27 | 2,88 | 2,88 | 0,80 | 0,80 | 30,38 | 30,38 |
| Aviečių arbata | 1G | 200 | 200 | 0,04 | 0,04 | | | 10,21 | 10,21 | 40,50 | 40,50 |
| | | | Iš viso: | 12,31 | 18,33 | 9,57 | 12,92 | 32,08 | 42,61 | 263,97 | 360,51 |
| Dienos davinio vertė | | | | 41,65 | 54,47 | 38,13 | 49,63 | 165,91 | 199,66 | 1106,08 | 1389,13 |

Dvylikta diena

| Grupės | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|--|---------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Omletas | 88A | 80 | 100 | 7,73 | 9,67 | 12,04 | 15,06 | 4,39 | 5,49 | 156,77 | 195,96 |
| Žali žirneliai | 34S | 50 | 100 | 2,45 | 4,90 | 0,10 | 0,20 | 7,90 | 15,80 | 32,00 | 64,00 |
| Duona (balta) | 1Š | 22,5 | 22,5 | 1,20 | 1,20 | 0,18 | 0,18 | 12,20 | 12,20 | 51,98 | 51,98 |
| Kmyņu arbata | 4G | 150 | 150 | 0,45 | 0,45 | 0,33 | 0,33 | 12,35 | 12,35 | 37,11 | 37,11 |
| Iš viso: | | | | 11,83 | 16,22 | 12,65 | 15,77 | 36,84 | 45,84 | 277,86 | 349,05 |
| | | | | | | | | | | | |
| 11val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 150 | 150 | 1,14 | 1,14 | 0,45 | 0,45 | 20,91 | 20,91 | 84,00 | 84,00 |
| Pietūs | | | | | | | | | | | |
| Sultys | | 200 | 200 | 0,76 | 0,76 | 0,10 | 0,10 | 24,76 | 24,76 | 105,00 | 105,00 |
| Pieniška daržovių sriuba | 25Sr | 150 | 200 | 4,25 | 5,67 | 4,47 | 5,96 | 13,41 | 17,88 | 105,24 | 140,32 |
| Biržų kotletai | 12A | 60 | 80 | 12,45 | 16,60 | 12,39 | 16,52 | 4,73 | 6,30 | 177,84 | 237,12 |
| Virtosbulvės | 1Gar | 40 | 50 | 0,82 | 1,03 | 0,04 | 0,05 | 7,54 | 9,42 | 33,37 | 41,72 |
| Salotos su morkomis ir obuoliais su grietine | 41S | 50 | 50 | 0,54 | 0,54 | 1,61 | 1,61 | 3,93 | 3,93 | 29,60 | 29,60 |
| Iš viso: | | | | 19,96 | 25,74 | 19,06 | 24,64 | 75,28 | 83,20 | 535,05 | 637,76 |
| | | | | | | | | | | | |
| Vakarienė | | | | | | | | | | | |
| Bulviniai piršteliai su varške | 46A | 150 | 200 | 7,89 | 10,52 | 3,99 | 5,32 | 42,96 | 57,28 | 235,39 | 313,85 |
| Grietinės padažas | 3P | 15 | 20 | 0,27 | 0,35 | 2,88 | 3,84 | 0,80 | 1,06 | 30,14 | 40,19 |
| Kakava su pienu | 5G | 100 | 100 | 2,42 | 2,42 | 1,84 | 1,84 | 11,12 | 11,12 | 59,31 | 59,31 |
| | | | Iš viso: | 10,58 | 13,29 | 8,71 | 11,00 | 54,88 | 69,46 | 327,84 | 413,35 |
| Dienos davinio vertė | | | | 42,37 | 55,25 | 40,42 | 51,46 | 167,00 | 198,50 | 1137,75 | 1430,16 |

Trylikta diena

| | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|--|------------|------------|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| Grupės | | | | | | | | | | | |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Skysta manų kruopų košė | 93A | 150 | 200 | 4,96 | 6,61 | 5,20 | 6,94 | 20,98 | 27,98 | 153,08 | 204,08 |
| Uogienė | 15P | 15 | 20 | 0,05 | 0,06 | | | 10,64 | 14,18 | 40,65 | 54,20 |
| Sumuštinis su tepamu lydytu sūriu (balta duona) | 7Š | 0,5/10 | 0,5/10 | 2,39 | 2,39 | 2,28 | 2,28 | 12,80 | 12,80 | 78,08 | 78,08 |
| Vaisinė arbata su citrina | 2G | 200 | 200 | 0,05 | 0,05 | 0,03 | 0,03 | 15,61 | 15,61 | 56,54 | 56,54 |
| Iš viso: | | | | 7,45 | 9,11 | 7,51 | 9,25 | 60,03 | 70,57 | 328,35 | 375,86 |
| 11val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| | | | | | | | | | | | |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Obuolių kompotas | 18G | 150 | 150 | 0,32 | 0,32 | 0,18 | 0,18 | 14,62 | 14,62 | 57,26 | 57,26 |
| Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis | 10Sr | 150 | 200 | 1,67 | 2,24 | 4,28 | 5,72 | 11,30 | 15,07 | 87,31 | 116,41 |
| Duona (balta) | 1Š | 45 | 45 | 2,39 | 2,39 | 0,36 | 0,36 | 24,39 | 24,39 | 103,95 | 103,95 |
| Karališki balandėliai | 62A | 80 | 100 | 15,94 | 19,92 | 9,50 | 11,88 | 4,81 | 6,02 | 166,60 | 208,25 |
| Grietinės padažas su pomidorų padažu | 4P | 15 | 20 | 0,36 | 0,47 | 2,61 | 3,48 | 1,43 | 1,90 | 30,43 | 40,57 |
| Virtos bulvės | 1Gar | 40 | 50 | 0,82 | 1,03 | 0,04 | 0,05 | 7,54 | 9,42 | 33,37 | 41,72 |
| Pomidorai | 29S | 50 | 100 | 0,50 | 1,00 | 0,10 | 0,20 | 2,05 | 4,10 | 8,50 | 17,00 |
| Iš viso: | | | | 22,76 | 28,13 | 17,37 | 22,17 | 80,08 | 89,46 | 543,42 | 641,16 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Daržovių troškiny su paukštiena | 55A | 100 | 120 | 4,21 | 5,05 | 16,52 | 19,82 | 8,77 | 10,52 | 197,23 | 236,68 |
| Agurkai | 31S | 100 | 100 | 2,80 | 2,80 | | | 1,30 | 1,30 | 16,00 | 16,00 |
| Kefyras 2,5% | | 150 | 150 | 5,10 | 5,10 | 3,75 | 3,75 | 7,35 | 7,35 | 90,00 | 90,00 |
| Iš viso: | | | | 12,11 | 12,95 | 20,27 | 23,57 | 17,42 | 19,17 | 303,23 | 342,68 |
| Dienos davinio vertė | | | | 42,32 | 50,19 | 45,15 | 54,99 | 157,53 | 179,20 | 1175,00 | 1376,74 |

Keturiolikta diena

| Grupės | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|---|------------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Skryliai | 67A | 150 | 200 | 8,15 | 10,87 | 4,03 | 5,38 | 49,92 | 66,56 | 263,98 | 351,97 |
| Grietinės padažas | 3P | 15 | 20 | 0,27 | 0,35 | 2,88 | 3,84 | 0,80 | 1,06 | 30,14 | 40,19 |
| Ramunėlių arbata | 4G | 150 | 150 | 0,03 | 0,03 | | | 7,66 | 7,66 | 30,38 | 30,38 |
| | | | Iš viso: | 8,45 | 11,25 | 6,91 | 9,22 | 58,38 | 75,28 | 324,50 | 422,54 |
| 11val. | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Sultys | | 150 | 150 | 0,57 | 0,57 | 0,08 | 0,08 | 18,57 | 18,57 | 78,75 | 78,75 |
| Barščių sriuba su pupelėmis ir švž, kopūstais | 3Sr. | 150 | 200 | 2,35 | 3,14 | 4,32 | 5,76 | 10,32 | 13,76 | 81,39 | 108,52 |
| Duona (juoda) | 1Š | 20 | 20 | 1,48 | 1,48 | 0,26 | 0,26 | 10,26 | 10,26 | 43,40 | 43,40 |
| Bulvių plokštainis su vištiena (šlaunelėmis) | 34A | | 150 | | 17,39 | | 13,35 | | 31,04 | | 310,18 |
| Troškinta paukštiena (šlaunelėmis) | 21A | 60/40 | 60/40 | 15,01 | 15,01 | 17,20 | 17,20 | 3,14 | 3,14 | 225,08 | 225,08 |
| Grietinės padažas | 3P | | 20 | | 0,35 | | 3,64 | | 1,06 | | 40,19 |
| Bulvių košė | 2Gar | 40 | | 0,90 | | 1,52 | | 6,48 | | 42,70 | |
| Agurkai | 27S | 40 | | 0,32 | | 0,08 | | 0,92 | | 4,40 | |
| | | | Iš viso: | 21,39 | 23,69 | 23,76 | 23,59 | 63,63 | 88,63 | 531,72 | 637,04 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Lietiniai su varške | 71A | 100 | 120 | 11,63 | 13,96 | 10,03 | 12,03 | 29,11 | 34,94 | 250,99 | 301,19 |
| Saldus grietinės padažas | 7P | 15 | 20 | 0,21 | 0,28 | 2,30 | 3,06 | 5,96 | 7,95 | 44,33 | 59,11 |
| Čiobrelių arbata su citrina | 2G | 150 | 150 | 0,04 | 0,04 | 0,02 | 0,02 | 11,71 | 11,71 | 31,25 | 31,25 |
| | | | Iš viso: | 11,88 | 14,28 | 12,35 | 15,11 | 46,78 | 54,60 | 326,57 | 391,55 |
| Dienos davinio vertė | | | | | | | | | | | |
| | | | | 41,72 | 49,22 | 43,01 | 47,92 | 168,79 | 218,50 | 1182,79 | 1451,13 |

Penkiolikta diena

| Grupės | Rp. Nr. | SVORIS (g) | | BALTYMAI (g) | | RIEBALAI (g) | | ANGLIAVANDENIAI (g) | | KALORINGUMAS (g) | |
|--------------------------------------|---------|------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|---------------|------------------|----------------|
| | | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. | L. | D. |
| PUSRYČIAI | | | | | | | | | | | |
| Penkių grūdų dribsnių košė | 115A | 150 | 200 | 5,88 | 7,84 | 5,90 | 7,86 | 24,00 | 32,00 | 175,50 | 234,00 |
| Uogienė | 15P | 15 | 20 | 0,05 | 0,06 | | | 10,64 | 14,18 | 40,65 | 54,20 |
| Kakava su pienu | 5G | 150 | 150 | 3,63 | 3,63 | 2,76 | 2,76 | 16,68 | 16,68 | 88,94 | 88,94 |
| | | | Iš viso: | 9,56 | 11,53 | 8,66 | 10,62 | 51,32 | 62,86 | 305,09 | 377,14 |
| 11 val | | | | | | | | | | | |
| Vaisiai | | 100 | 100 | 0,76 | 0,76 | 0,30 | 0,30 | 13,94 | 13,94 | 56,00 | 56,00 |
| PIETŪS | | | | | | | | | | | |
| Sultys | | 150 | 150 | 0,57 | 0,57 | 0,08 | 0,08 | 18,57 | 18,57 | 78,75 | 78,75 |
| Žirnių sriuba | 22Sr | 150 | 200 | 4,89 | 6,51 | 3,30 | 4,40 | 13,77 | 18,37 | 95,10 | 126,80 |
| Duona (juoda) | 1Š | 20 | 20 | 1,48 | 1,48 | 0,26 | 0,26 | 10,26 | 10,26 | 43,40 | 43,40 |
| Mėsos kukuliai | 17A | 60 | 80 | 13,60 | 18,13 | 6,11 | 8,14 | 0,46 | 0,61 | 111,05 | 148,07 |
| Grietinės padažas su pomidorų padažu | 4P | 15 | 20 | 0,36 | 0,47 | 2,61 | 3,48 | 1,43 | 1,90 | 30,43 | 40,57 |
| Bulvių košė | 2Gar | 40 | 50 | 0,90 | 1,13 | 1,52 | 1,89 | 6,48 | 8,09 | 42,70 | 53,38 |
| Mišrainė | 19S | 50 | 100 | 1,63 | 3,27 | 4,34 | 8,68 | 6,32 | 12,65 | 67,13 | 134,25 |
| | | | Iš viso: | 24,19 | 32,32 | 18,52 | 27,23 | 71,23 | 84,39 | 524,56 | 681,22 |
| VAKARIENĖ | | | | | | | | | | | |
| Varškės apkepas | 82A | 150 | 200 | 14,95 | 22,43 | 9,09 | 13,63 | 17,83 | 26,75 | 214,36 | 321,54 |
| Saldus grietinės padažas | 7P | 15 | 20 | 0,21 | 0,28 | 2,30 | 3,06 | 5,96 | 7,95 | 44,33 | 59,11 |
| Mėtų arbata su citrina | 2G | 150 | 150 | 0,04 | 0,04 | 0,02 | 0,02 | 11,71 | 11,71 | 31,25 | 31,25 |
| | | | Iš viso: | 15,20 | 22,75 | 11,41 | 16,71 | 35,50 | 46,41 | 289,94 | 411,90 |
| Dienos davinio vertė | | | | | | | | | | | |
| | | | | 48,95 | 66,60 | 38,59 | 54,56 | 158,05 | 193,66 | 1119,50 | 1470,26 |

Sudarė

Stanislava Platač

Patvirtinta

LR sveikatos apsaugos ministro 2011m. lapkričio 11d. įsakymu Nr. V – 964

„Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ ,PAKEITIMAI: LR sveikatos apsaugos ministro 2015m. rugpjūčio 27d. įsakymu Nr. V- 998„Dėl LR sveikatos apsaugos ministro 2011m. lapkričio 11d. įsakymo Nr.V- 964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ 1.15. 40 punktu.

Pastaba: Esant būtinumui paliekama teisė valgiaraštį keisti.