

**1 savaitē**  
**Pirmadienis**

**Pietūs**

**1 variants**

11m ir vyr metū vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g	Patiekalo maistinė vētē, g			Enerģetinė vētē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandēnī, g	
Agurķu sriuba su perlinēmī kruopomī (tausoģantis) (augalinis)	11	150	-	-	-	-
Duona (ruginē)	1	20	-	-	-	-
Varšķēs (9%) apķepas (tausoģantis)	84	200	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	30	-	-	-	-
Švēziķu kopūstū, svogūņū ir morkū salotas su aliejumi (augalinis)	1	120	-	-	-	-
Vaisiāi		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**2 variants**

11m ir vyr metū vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g	Patiekalo maistinė vētē, g			Enerģetinė vētē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandēnī, g	
Agurķu sriuba su perlinēmī kruopomī (tausoģantis) (augalinis)	11	150	-	-	-	-
Duona (ruginē)	1	20	-	-	-	-
Vištienos trošķinys su ankštīnēmī daržovēmī (tausoģantis)	2	75/125	-	-	-	-
Švēziķu kopūstū, svogūņū ir morkū salotas su aliejumi (augalinis)	1	80	-	-	-	-
Švēži agurķai	43	20	-	-	-	-
Vaisiāi		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

# 1 savaitē

## Antradienis

### Pietūs

#### 1 variants

11m ir vyr metu vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g	Patiekalo maistinė vērtē, g			Enerģetinė vērtē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandēnī, g	
Burokēliu sriuba su bulvēmī (tausoģantis) (augalinis)	1	150	-	-	-	-
Grietinē (30% )	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginē)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos ģulīšas (tausoģantis)	1	160	-	-	-	-
Bulviu košē su šviežiomī daržovēmī (kopūstai, morkos) ir žaliaisais žirnēlais (tausoģantis)	10	100	-	-	-	-
Morku ir obuoliu salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12b	110	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variants

11m ir vyr metu vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g	Patiekalo maistinė vērtē, g			Enerģetinė vērtē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandēnī, g	
Burokēliu sriuba su bulvēmī (tausoģantis) (augalinis)	1	150	-	-	-	-
Grietinē (30% )	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginē)	1	20	-	-	-	-
Mieliniai blynai	67	180	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	30	-	-	-	-
Morku ir obuoliu salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12b	110	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**1 savaitė**  
**Trečiadienis**

**Pietūs**

**1 variantas**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepta paukštienos file	31	100	-	-	-	-
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	6	100	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	80	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
		<b>Iš viso:</b>	-	-	-	-

**2 variantas**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Virti varškėčiai (9%) (tausojantis)	82	200	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	30	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	120	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
		<b>Iš viso:</b>	-	-	-	-

# 1 savaitė

## Ketvirtadienis

### Pietūs

#### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) maltinis (tausojantis)	44	100	-	-	-	-
Virtos bulvės (tausojantis)	1	100	-	-	-	-
Burokėlių salotos su pakepintais svogūnais ir aliejumi (augalinis)	16	80	-	-	-	-
Marinuoti agurkai	45	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Bulvių plokštainis	47	180	-	-	-	-
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 %) su žalumynais	215	30	-	-	-	-
Burokėlių salotos su pakepintais svogūnais ir aliejumi (augalinis)	16	110	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

# 1 savaitē Penktadienis

## Pietūs

### 1 variantas

11m ir vyr metu vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Enerģetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavand eniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausoģantis)	26	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepti varškėčiai (9%) (tausoģantis)	83	180	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	30	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai) (augalinis)	10	110	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

### 2 variantas

11m ir vyr metu vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Enerģetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavand eniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausoģantis)	26	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos plovai (tausoģantis)	3	60/120	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai) (augalinis)	10	90	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

## 2 savaitė

### Pirmadienis

### Pietūs

#### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	5	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos maltinis (tausojantis)	35	100	-	-	-	-
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	201	100	-	-	-	-
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	11	80	-	-	-	-
Švieži agurkai	43	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	5	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kietagrūdžiai makaronai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	12	150/45	-	-	-	-
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	11	80	-	-	-	-
Švieži agurkai	43	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

## 2 savaitē Antrdienis

### Pietūs

#### 1 variants

11m ir vīr meņu vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g	Patiekalo maistinė vērtē, g			Enerģetinė vērtē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandēnī, g	
Burokēliju sriuba su pupelēmī ir bulvēmī (tausoģantis) (augalinis)	2	150	-	-	-	-
Grietinē (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginē)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos ir morku troškinys su porais (tausoģantis)	203	90(60/30)	-	-	-	-
Virtos bulvēs (tausoģantis)	1	100	-	-	-	-
Gūžiniju kopūstju salotos su porais, obuoliais ir aliejumi (augalinis)	204	100	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variants

11m ir vīr meņu vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g	Patiekalo maistinė vērtē, g			Enerģetinė vērtē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandēnī, g	
Burokēliju sriuba su pupelēmī ir bulvēmī (tausoģantis) (augalinis)	2	150	-	-	-	-
Grietinē (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginē)	1	20	-	-	-	-
Virtu bulviu cepelinai su varške (tausoģantis)	54	140/60	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	30	-	-	-	-
Gūžiniju kopūstju salotos su porais, obuoliais ir aliejumi (augalinis)	204	120	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**2 savaitė**  
**Trečiadienis**

**Pietūs**

**1 variantas**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) ir ryžių kruopų apkepas (tausojantis)	84a	200	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	30	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	5	100	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**2 variantas**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Troškinta vištiena su daržovėmis (tausojantis)	30	100/40	-	-	-	-
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5	80	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	5	110	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-



## 2 savaitė

### Ketvirtadienis

### Pietūs

#### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir kietagrūdžių makaronų sriuba (tausojantis) (augalinis)	205	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies file (jūros lydeka) kepinukai	42	90	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	100	-	-	-	-
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir aliejumi (augalinis)	17	80	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir kietagrūdžių makaronų sriuba (tausojantis) (augalinis)	205	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Virti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	17a	90	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	100	-	-	-	-
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir aliejumi (augalinis)	17	80	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

## 2 savaitė Penktadienis

### Pietūs

#### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su sorų kruopomis (tausojantis) (augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) skryliukai (tausojantis)	77	180	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	30	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi (augalinis)	24	110	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
		<b>Iš viso:</b>	-	-	-	-

#### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su sorų kruopomis (tausojantis) (augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žirnių, bulvių, morkų ir vištienos troškiny (tausojantis)	10	150/50	-	-	-	-
Sviesto (82%) – grietinės (30%) padažas	3	30	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi (augalinis)	24	100	-	-	-	-
Marinuoti agurkai	45	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
		<b>Iš viso:</b>	-	-	-	-

### 3 savaitė

#### Pirmadienis

#### Pietūs

##### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių daržovių sriuba su žaliais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	12	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Sorų kruopų troškiny su vištienos filė (tausojantis)	206	160(95/65)	-	-	-	-
Morkų-obuolių-porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	14	60	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

##### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių daržovių sriuba su žaliais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	12	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9 %) su aguonomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis)	207	180	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	30	-	-	-	-
Morkų-obuolių-porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	14	110	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

### 3 savaitē Antradienis

#### Pietūs

##### 1 variants

11m ir vīr metū vaīkams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g	Patiekalo maistinė vētē, g			Enerģetinė vētē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandēnīai, g	
Burokēliū sriuba su pupelēmīs ir kopūstais (tausoģantis) (augalinis)	3	150	-	-	-	-
Grietinė (30% )	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginē)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos kepsnys	8	100	-	-	-	-
Bulviū košē (tausoģantis)	4	100	-	-	-	-
Pekino kopūstū, obuoliū ir āģurķū salotas su alieģumi (augalinis)	209	100	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

##### 2 variants

11m ir vīr metū vaīkams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga, g	Patiekalo maistinė vētē, g			Enerģetinė vētē, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandēnīai, g	
Burokēliū sriuba su pupelēmīs ir kopūstais (tausoģantis) (augalinis)	3	150	-	-	-	-
Grietinė (30% )	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginē)	1	20	-	-	-	-
Kietagrūdģiai makaronai su fermentīniū sūriū 45% (tausoģantis)	15	180/20	-	-	-	-
Pekino kopūstū, obuoliū ir āģurķū salotas su alieģumi (augalinis)	209	100	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

### 3 savaitė

#### Trečiadienis

#### Pietūs

#### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	15	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) apkepas su sorų kruopomis (tausojantis)	210	140	-	-	-	-
Trintos uogos su cukrumi	15a	30	-	-	-	-
Kopūstų, konservuotų kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	3	90	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	15	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos kepinukai	33	100	-	-	-	-
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	7	100	-	-	-	-
Kopūstų, konservuotų kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	3	80	-	-	-	-
Marinuoti agurkai	45	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

### 3 savaitė

#### Ketvirtadienis

#### Pietūs

#### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	14	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) šnicelis (tausojantis)	43	100	-	-	-	-
Troškintos daržovės (tausojantis)(augalinis)	11	50	-	-	-	-
Burokėlių salotos su svogūnais, obuoliais ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	22	80	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	14	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Daržovių troškinys su dešrelėmis (a.r.)(tausojantis)	61	100/100	-	-	-	-
Burokėlių salotos su svogūnais, obuoliais ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	22	100	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

### 3 savaitė Penktadienis

#### Pietūs

##### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	24	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Lietiniai blynai su varške (9%)	70	135/65	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	30	-	-	-	-
Pupelių, obuolių ir porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	26	120	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
		<b>Iš viso:</b>	-	-	-	-

##### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	8	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos maltinis su svogūnų ir morkų įdaru (tausojantis)	18	90/20	-	-	-	-
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	201	80	-	-	-	-
Pupelių, obuolių ir porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	26	80	-	-	-	-
Švieži agurkai	43	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
		<b>Iš viso:</b>	-	-	-	-

**4 savaitē  
Pirmadienis**

**Pietūs**

**1 variants**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	5	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos guliašas (tausojantis)	1	160	-	-	-	-
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	7	80	-	-	-	-
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	209	120	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**2 variants**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	5	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kukurūzų kruopų apkepas	26	200	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	30	-	-	-	-
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	209	120	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-



## 4 savaitė Antradienis

### Pietūs

#### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojantis)(augalinis)	54	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos troškiny su pupelėmis ir daržovėmis (tausojantis)	6	75/125	-	-	-	-
Morkų-obuolių-porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	14	80	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojantis)(augalinis)	54	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) ir bulvių kukuliai (tausojantis)	14	115/85	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	30	-	-	-	-
Morkų-obuolių-porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	14	120	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**4 savaitė**  
**Trečiadienis**

**Pietūs**

**1 variantas**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos kukuliai su varške (9%)(tausojantis)	23	100	-	-	-	-
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5	100	-	-	-	-
Kopūstų, konservuotų kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	3	80	-	-	-	-
Švieži pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**2 variantas**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Lietiniai su dešrelėmis (a.r.)	74	150/75	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Kopūstų, konservuotų kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	3	130	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

## 4 savaitė Ketvirtadienis

### Pietūs

#### 1 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su sorų kruopomis (tausojantis) (augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) – pupelių kukulis su ciberžole (tausojantis)	28	100	-	-	-	-
Bulvių košė su šviežiomis daržovėmis (kopūstai, morkos) ir žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	10	100	-	-	-	-
Burokėlių salotos su svogūnais, obuoliais su ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	22	80	-	-	-	-
Marinuoti agurkai	45	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

#### 2 variantas

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su sorų kruopomis (tausojantis) (augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Morkų, avižinių dribsnių, varškės (9%) blynai	6	200	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	30	-	-	-	-
Burokėlių salotos su svogūnais, obuoliais su ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	22	120	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**4 savaitė**  
**Penktadienis**

**Pietūs**

**1 variantas**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Bulviniai piršteliai su varške (9%)(tausojantis)	58	200	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	30	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su aliejumi (augalinis)	5	120	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-

**2 variantas**

11m ir vyr metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos kepinukai	25	90	-	-	-	-
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	201	100	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su aliejumi (augalinis)	5	80	-	-	-	-
Švieži agurkai	43	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
<b>Iš viso:</b>			-	-	-	-