ANTREKOTAS

UAB Antrekotas

Sudarytas pagal patiekalų receptūrų pavyzdžius, pateiktus MB „Viva Statera“ ir individualius UAB Antrekotas

PANEVĖŽIO R. RAMYGALOS GIMNAZIJOS

2026-2027 metų

NEMOKAMO MAITINIMO
15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 ir vyresniems vaikams

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Suderinta
Direktorius
Aigis Adašiūnas

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8:45 iki 15:00 val.

11 iki 18 metų
1 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-04-2	150	1,08	2,04	7,66	53,49
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-3	30	2,28	0,27	15,57	73,83
Vištienos mėsos ir daržovių troškinys (tausojantis)	10-26-2	100/150	28,08	10,31	18,72	279,48
Grikių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-101-3	120/3	4,09	3,01	26,30	148,92
3-jų rūšių daržovių lėkštė (paprika, agurkai, kons. kukurūzai)	4-72-4	100	1,43	0,64	6,56	37,70
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	36,98	16,28	75,00	594,30

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Garintos daržovės (tausojantis)(augalinis)	3-103-5	250	4,29	5,58	15,46	128,07
		Iš viso:	4,29	5,58	15,46	128,07

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Adašiūnas

11 iki 18 metų
1 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Įvairiaspalvių daržovių sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-169-1	150	1,41	2,65	9,25	66,37
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Kapotos vištienos mėsos ir daržovių kepsneliai (tausojantis)	12-10-1	100	23,69	10,74	7,71	222,19
Ryžių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-96-4	150/5	3,22	4,88	32,48	186,92
3-ių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai, traškios morkytės)	4-63-2	120	1,07	0,21	6,99	34,35
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	32,45	18,85	77,38	609,15

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Troškintos daržovės su pupelėmis ir pomidorais (tausojantis) (augalinis)	3-103-3	250	14,91	5,70	47,24	299,46
Virtos bulvės apkeptos konvekcinėje krosnyje (tausojantis)	3-03	100	2,45	3,15	23,77	132,96
		Iš viso:	17,36	8,85	71,01	432,42

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Aušalinas

11 iki 18 metų
1 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-19-2	150	2,29	2,25	15,59	91,75
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-3	30	2,28	0,27	15,57	73,83
Tarkuotų bulvių apkepas su vištienos mėsa keptas orkaitėje (tausojantis)	3-63-1	200	9,44	7,33	34,77	243,26
Natūralus jogurtas	13-38-4	30	1,32	1,17	1,41	21,60
Agurkų, pomidorų, paprikų salotos skanintos linų sėmenų aliejumi (augalinis)	4-160	100/10	0,91	10,18	5,12	115,76
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	46,85	38,34	87,51	888,03

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Orkaitėje keptos daržovės (tausojantis)(augalinis)	3-103-8	250	4,51	5,61	16,27	132,42
Bolivinių balandų košė skaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)	2-251-4	200/4	6,50	7,50	28,00	205,50
		Iš viso:	11,01	13,11	44,27	337,92

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Acas[illegible]

11 iki 18 metų
1 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
"Ukrainietiški" burokėlių ir kopūstų barščiai su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	1-14-1	150	3,23	2,68	13,95	92,26
Grietinė prie sriubos (30 % rieb.)	13-02-1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
"Bolognese" jautienos mėsos padažas	11-15-1	120	22,99	6,91	7,38	179,43
Virti kietųjų kviečių makaronai (tausojantis)	5-70-4	150	6,96	4,16	42,92	236,96
Fermentinis sūris (45 proc. rieb.)	16-81-2	20	4,94	5,04	0,44	66,80
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, balti ridikai)	4-74-2	120	1,08	0,08	6,92	32,92
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	42,38	20,74	92,72	722,29

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių troškinys "Ratatouille" (baklažanas, cukinija, morka, pomidorai) (tausojantis) (augalinis)	3-19-3	250	3,27	11,64	20,54	199,43
Virtos bulvės apkeptos konvekcinėje krosnyje (tausojantis)	3-03-2	150	3,44	4,22	33,30	184,47
		Iš viso:	6,71	15,86	53,84	383,90

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Augsilinas

11 iki 18 metų
1 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta raudonųjų lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-16-2	150	5,56	1,78	17,00	106,35
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Stiklinio šamo filė kotletukas (tausojantis)	8-34-4	100	22,22	7,88	6,39	185,63
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-13-3	150/5	3,61	4,99	28,07	172,00
Virtų burokėlių, kons. žirnelių, marinuotų agurkų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	4-101-4	120/10	2,38	4,18	13,76	99,64
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	36,83	19,20	86,17	662,94

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pomidorinis avinžirnių troškinys su pievagrybiais (tausojantis) (augalinis)	3-103-4	250	14,25	7,28	33,35	256,07
Ryžių kruopų košė skaninta šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (tausojantis)(augalinis)	2-91-3	120/4	2,46	4,34	24,99	148,97
		Iš viso:	16,71	11,62	58,34	405,04

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Augšilinis

11 iki 18 metų
2 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-34-2	150	4,56	1,69	17,90	105,16
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Ryžių plovas su vištienos mėsa (tausojantis)	9-38-1	220/80	22,18	15,97	44,61	411,19
3-jų rūšių daržovių lėkšte (morkos, agurkai, paprikos)	4-73-1	80	0,66	0,06	4,54	21,40
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	30,46	18,09	88,00	637,07

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Garintos daržovės (tausojantis)(augalinis)	3-103-5	250	4,29	5,58	15,46	128,07
Virtos bulvės gardintos šviežiais krapais (tausojantis)	3-01-1	100	2,25	0,13	21,78	97,58
		Iš viso:	6,54	5,71	37,24	225,65

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Adašiūnas

11 iki 18 metų
2 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlininių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-19-5	150	3,12	2,30	16,64	99,81
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Kiaulienos mėsos guliašas (tausujantis)	11-29-3	100/50	23,27	16,78	7,75	274,08
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-13-3	150/5	3,61	4,99	28,07	172,00
2-jų rūšių daržovės (agurkai, pomidorai)	4-12-3	100	0,85	0,20	4,30	22,50
Ridikėliai (arba baltas ridikas)	4-62-1	30	0,30	0,00	0,99	5,10
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	34,21	24,64	78,70	672,81

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bolivinės balandos ir daržovių troškinys (augalinis) (tausojantis)	3-126-1	250	9,06	9,31	41,59	286,38
		Iš viso:	9,06	9,31	41,59	286,38

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Augustinas

11 iki 18 metų
2 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kietųjų kviečių makaronų ir daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-30-2	150	2,11	2,28	15,93	92,83
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Kalakutienos mėsos, kepintų daržovių ir sūrio traškūs kukulaičiai (tausojantis)	10-27-1	100	22,79	11,83	21,39	283,01
Biri grikių kruopų košė paskaninta sviestu	2-12	100/3	4,09	3,01	26,30	148,92
Virtų burokėlių salotos su citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-87-4	100/10	1,71	4,12	10,71	84,25
Marinuoti agurkai	4-22-1	50	0,50	0,20	3,85	19,00
Stalo vanduo su apelsinais be cukraus	14-06-2	150	0,14	0,02	1,76	7,65
		Iš viso:	34,38	21,82	100,70	734,10

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Troškintos daržovės su pupelėmis ir pomidorais (tausojantis) (augalinis)	3-103-3	250	14,91	5,70	47,24	299,46
Biri grikių kruopų košė paskaninta sviestu	2-12	100/3	4,09	3,01	26,30	148,92
		Iš viso:	19,00	8,71	73,54	448,38

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskienė

Direktorius
Algis Adašiūnas

11 iki 18 metų
2 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-49-2	150	1,39	2,10	10,63	66,38
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Kapotos vištienos filė mėsos kepsneliai (tausojantis)	9-76-1	100	31,26	6,75	4,62	204,24
Virtos bulvės gardintos šviežiais krapais (tausojantis)	3-01-1	100	2,25	0,13	21,78	97,58
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	4-114-6	100/10	0,95	5,20	4,72	69,46
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	38,91	14,55	62,70	536,98

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avinžirnių troškinys su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	3-103-11	250	12,75	7,20	34,39	253,47
Virtos bulvės apkeptos konvekcinėje krosnyje (tausojantis)	3-03-2	150	3,44	4,22	33,30	184,47
		Iš viso:	16,19	11,42	67,69	437,94
		Iš viso: (dienos davinio)	**38,91**	**14,55**	**62,70**	**536,98**

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Acašiūnas

11 iki 18 metų
2 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta sriuba su avinžirniais, pomidorais (tausojantis)(augalinis)	1-58-2	150	4,06	2,64	14,48	98,05
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Žuvies apkepas su daržovėmis (tausojantis)	8-47-3	100	14,87	7,50	7,40	156,64
Ryžių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-96-3	120/3	2,68	2,84	27,16	145,12
3-ių rūšių daržovės (paprikos, agurkai, pomidorai)	4-92-7	100	0,88	0,20	5,17	26,04
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	25,54	13,56	75,16	525,17

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Orkaitėje keptos daržovės (tausojantis)(augalinis)	3-103-8	250	4,51	5,61	16,27	132,42
Ryžių kruopų košė skaninta šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (tausojantis)(augalinis)	2-91-4	150/5	2,67	5,37	27,13	167,64
		Iš viso:	7,18	10,98	43,40	300,06
		Iš viso: (dienos davinio)	**25,54**	**13,56**	**75,16**	**525,17**

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Adašiūnas

11 iki 18 metų
3 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-57-2	150	5,20	1,81	18,18	109,87
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Traški vištienos mėsa saldžiarūgščiame padaže „Kinietiškai“ (tausojantis)	9-97-1	100/80	32,28	7,51	18,91	274,59
Ryžių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-96-3	120/3	2,68	2,84	27,16	145,12
Pekino kopstų, krapų, morkų, kukurūzų salotos su citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-138-4	100/10	1,66	6,64	5,88	89,55
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	44,88	19,17	91,08	718,45

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Orkaitėje keptos daržovės (tausojantis)(augalinis)	3-103-8	250	4,51	5,61	16,27	132,42
Bolivinių balandų košė skaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)	2-251-3	150/3	5,85	6,15	25,20	179,55
		Iš viso:	10,36	11,76	41,47	311,97

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskienė

Direktorius
Algis Adašiūnas

11 iki 18 metų
3 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kreminė moliūgų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-88-2	150	2,13	2,69	16,64	99,45
Skrebučiai prie sriubos	16-63-1	4	0,34	0,04	2,34	11,07
Konvekcinėje krosnyje kepta vištos šlaunelių mėsa (tausojantis)	9-44-5	100	23,11	12,80	0,37	209,04
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-13-3	150/5	3,61	4,99	28,07	172,00
Burokėlių ir saulėgrąžų branduolių salotos pagardintos žolelių aliejumi	4-108-1	80/8	2,04	5,55	9,28	92,68
Rauginti agurkai (augalinis)	4-16-4	30	0,84	0,00	0,39	4,80
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	36,98	26,08	57,28	589,92

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avinžirnių troškinys su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	3-103-ąą	250	12,75	7,20	34,39	253,47
		Iš viso:	12,75	7,20	34,39	253,47

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskiene

Direktorius
Algis Adašiūnas

11 iki 18 metų
3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių ir raugintų kopūstų barščiai (augalinis, tausojantis)	1-162-1	150	1,06	2,07	8,17	55,17
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Bulvių plokštainis su kiaulienos mėsa (tausojantis)	12-76-4	240/60	23,77	13,59	38,07	370,25
Grietinė (30 % rieb.)	13-05-4	40	0,96	12,00	1,24	116,80
Šviežių kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	4-40-5	120/10	1,83	6,39	6,27	90,03
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	30,68	34,42	74,70	731,57

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Orkaitėje keptos daržovės su bulgur kruopomis (tausojantis) (augalinis)	3-126-3	250	8,27	5,99	50,66	289,87
		Iš viso:	8,27	5,99	50,66	289,87

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskienė

Direktorius
Arūnas Adašinskas

11 iki 18 metų
3 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Baltųjų pupelių sriuba (augalinis, tausojantis)	1-162-1	150	4,56	1,69	17,90	105,16
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Troškintos vištienos juostelės grietinėlėje (tausojantis)	9-104	160/100	49,40	22,00	7,12	424,34
Biri grikių košė (tausojantis)(augalinis)	3-20-1	150	6,27	0,86	40,47	194,94
Daržovių lėkštė (Iceberg salotų lapai, agurkai, pomidorai) su citrinos-aliejaus užpilu (augalinis)	4-284-2	100/8	0,89	6,16	4,13	75,59
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	30,68	34,42	74,70	731,57

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Orkaitėje keptos daržovės (tausojantis)(augalinis)	3-103-8	250	4,51	5,61	16,27	132,42
Bolivinių balandų košė skaninta alyvuogių aliejumi (tausojantis)	2-251-4	200/4	6,50	7,50	28,00	205,50
		Iš viso:	11,01	13,11	44,27	337,92
		Iš viso: (dienos davinio)	**46,85**	**38,34**	**87,51**	**888,03**

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskienė

Direktoriaus
Arūnas Ruasiūnės

11 iki 18 metų
3 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Pavel Puchniak

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-64-2	150	0,82	2,56	5,21	47,05
Duona (leidžiama vaikų maitinime)	16-69-4	40	3,04	0,36	20,76	98,44
Baltos jūrinės žuvies kepsneliai kepti orkaitėje su garais (tausojantis)	8-09-1	100	20,61	4,39	13,21	174,81
Kietųjų kviečių makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	5-62	150/5	7,80	6,30	48,10	280,30
Pomidorai	4-45-3	50	0,50	0,20	2,90	15,50
Ridikėliai (arba baltas ridikas)	4-62-2	50	05,0	0,00	1,65	8,50
Paprikų lazdelės	4-52-1	50	0,27	0,06	2,01	9,60
Stalo vanduo su citrina	14-04-2	150	0,02	0,01	0,19	0,88
		Iš viso:	33,56	13,88	94,03	635,08

Vegetariškas patiekalas 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Garintos daržovės (tausojantis)(augalinis)	3-103-5	250	4,29	5,58	15,46	12,07
Ryžių kruopų košė skaninta šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (tausojantis) (augalinis)	2-91-4	150/5	2,67	5,37	27,13	167,64
		Iš viso:	6,96	10,95	42,59	295,71

Maitinimo organizavimo specialistė

Teresa Ramanauskienė

Direktorius
Algis Adašiūnas