

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Brinkinti griekiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr027	200	11,4	6,0	53,5	313
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			11,8	6,4	66,5	371

Pietūs 11⁵⁵ val.

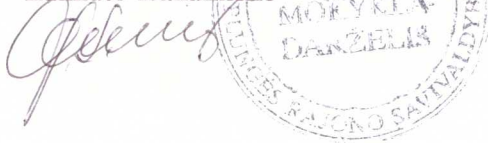
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis)	Sr023	150	2,2	1,6	11,0	68
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	K003	90	17,0	6,3	16,3	190
Virti miežiniai perliukai (tausojantis)	Gr005	120	4,6	0,9	31,4	152
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	65	0,9	2,6	4,0	43
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.3: ridikėliai, paprikos)	D006	20/20	0,4	0,1	2,1	11
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	G009	150	0,1	0,0	0,8	4
Iš viso:			25,2	11,5	65,6	467

Vakarienė 15²⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Skryliai su grietine (30%), trintomis braškėmis ir bananais (tausojantis)	M009	160/30/15/15	7,5	11,5	41,0	298
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			12,6	15,3	48,3	381
Iš viso (dienos davinio):			49,6	33,2	180,5	1219

Prūsalių mokyklos-darželio
direktorė

Laimutė Trakumienė



Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Šešių kruopų košė su avižų gėrimu, trintomis mėlynėmis ir saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	Kr002.1	200/15/5	7,1	5,3	44,5	254
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			7,5	5,7	57,5	311

Pietūs 11⁵⁵ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Lešių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr026	150	4,9	0,7	17,1	94
Viso grūdo ruginė duona		18	1,26	0,27	9,45	45
Orkaitėje kepti lašišų kasneliai (tausojantis)	Ž014	70	20,0	15,3	0,0	217
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	120	2,7	3,5	20,0	123
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi	S004	60	0,6	3,1	5,6	53
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.11: brokoliai, ridikėliai)	D006	25/25	1,0	0,1	2,4	15
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	150	0,1	0,0	0,2	1
Iš viso:			30,56	22,97	54,75	548

Vakarienė 15²⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Virti varškėčiai praturtinti grikių sėlenomis su natūraliu jogurtu(2.5%) paskanintu avietėmis (tausojantis)	V001	160/30/15	23,5	12,2	40,6	366
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			23,5	12,2	40,6	366
Iš viso (dienos davinio):			61,7	40,9	153,9	1225

Prūsalių mokyklos-darželio
direktorė
Laimutė Trakumienė




Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Pieniška avižinių kruopų košė su trintomis braškėmis ir sezamo sėklomis (tausojantis)	Kr011	200/10/1	9,4	5,1	30,4	206
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), fermentiniu sūriu (45%), pomidorais ir agurkais (tausojantis)	U019	20/3/10/5/5	4,0	5,3	10,9	108
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			13,8	10,9	54,3	370

Pietūs 11⁵⁵ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150	1,7	1,6	8,3	54
Pilno grūdo ruginė duona		30	1,6	0,3	13,0	61
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	115/65	19,9	7,9	34,9	291
Natūralus jogurtas 2.5%		30	1,0	0,8	1,3	16
Morkų lazdelės	D000	100	1,0	0,2	8,7	41
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	150	0,0	0,0	1,0	4
Iš viso:			25,2	10,8	67,2	466

Vakarienė 15²⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			D	D	D	D
Perlinis kuskusas su šparaginių pupelių troškiniu (tausojantis) (augalinis)	D014 Gr003	120/100	6,7	7,6	36,6	241
Natūralus jogurtas (3,5%) su vyšniomis (be kauliukų) ir kriaušėmis (tausojantis)	U030	125/62,5/62,5	5,5	5,0	20,7	150
Iš viso:			12,2	12,6	57,2	391
Iš viso (dienos davinio):			51,3	34,2	178,7	1228

Prūsalių mokyklos-darželio
direktorė

Laimutė Trakumienė



Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) paskaninta vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis)	Kr003	200/5/15	7,2	6,3	45,6	268
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Arbatžolių arbata su citrina	G004	150	0,0	0,0	4,2	17
Iš viso:			7,6	6,7	62,9	342

Pietūs 11⁵⁵ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	3,2	2,2	12,5	82
Vištienos ir grikių troškiny su morkomis ir pomidorais (tausojantis)	P005	60/180	24,5	18,9	23,8	363
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi	S009	50	1,1	3,7	3,2	51
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.8: pomidorai, cukinijos)	D006	37,5/37,5	0,8	0,1	2,6	15
Stalo vanduo paskanintas greipfrutais	G009	150	0,0	0,0	0,8	3
Iš viso:			29,7	24,9	42,9	514

Vakarienė 15²⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Morkų blynėliai su natūraliu jogurtu (2,5%) (tausojantis)	D001	120/20	10,9	10,8	38,6	296
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			16,0	14,6	46,0	379
Iš viso (dienos davinio):			53,3	46,2	151,7	1236

Prūsalių mokyklos-darželio
direktorė
Laimutė Trakumienė



Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Perlinių kruopų košė su cukinijomis, prieskoninėmis daržovėmis, kmynais ir čiobreliais (tausojantis) (augalinis)	Kr025	200	5,0	8,9	35,5	242
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su agurkų-natūralaus jogurto padažu, salotomis bei virtais kiaušiniiais (tausojantis)	U022	20/5/5/10	2,8	1,5	10,9	68
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			8,1	10,8	59,4	367

Pietūs 11⁵⁵ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1,3	1,3	11,2	62
Plovas su vištiena (tausojantis)	P023	147/73	30,9	12,3	43,6	409
Plėšyti švieži salotų lapai	D000.1	20	0,3	0,1	0,5	4
Šviežių daržovių rinkinukas (Nr.4: agurkai, paprikos)	D006	25/25	0,5	0,2	2,2	13
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	150	0,1	0,0	0,7	3
Iš viso:			33,1	13,9	58,3	491

Vakarienė 15²⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Spelta miltų skilindžiai su obuoliais ir natūraliu jogurtu (3,5%) paskanintu trintomis braškėmis	M003	110/15/15	7,8	12,5	37,8	295
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			12,9	16,3	45,2	378
Iš viso (dienos davinio):			54,1	40,9	162,8	1236

Prūsalių mokyklos-darželio
direktorė
Laimutė Trakumienė

