

1 savaitė - Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Pieniška kukurūzų košė su uogomis (tausojantis) | Kr006 | 150/15 | 6,6 | 3,8 | 35,9 | 205 |
| Batonas su sviestu (82%) | U051 | 30/5 | 2,4 | 5,5 | 15,6 | 121 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 80 | 0,3 | 0,3 | 10,4 | 46 |
| Nesaldinta vaisinė arbata | G003 | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 9,3 | 9,6 | 61,9 | 371 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis) | Sr009 | 150 | 2,1 | 1,6 | 14,4 | 81 |
| Pilno grūdo ruginė duona | | 40 | 2,2 | 0,4 | 17,3 | 81 |
| Kalakutienos guliašas (tausojantis) | P021 | 100 | 15,9 | 9,5 | 5,6 | 171 |
| Bulvių košė (tausojantis) | Gr012 | 120 | 2,7 | 3,5 | 20,0 | 122 |
| Raudongūžių kopūstų salotos su pupelėmis, burokėliais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis) | S021 | 60 | 1,6 | 1,6 | 7,9 | 53 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 25/25 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 11 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,8 | 3 |
| Iš viso: | | | 25,4 | 16,8 | 67,7 | 523 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Virti varškėčiai (tausojantis) | V001 | 150 | 20,5 | 10,5 | 32,7 | 308 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | | 30 | 1,0 | 0,8 | 1,3 | 16 |
| Uogos | | 15 | 0,2 | 0,1 | 1,9 | 9 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 21,7 | 11,4 | 35,9 | 333 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 56,4 | 37,8 | 165,5 | 1227 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

1 savaitė - Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Pieniška miežinių kruopų košė su uogomis (tausojantis) (augalinis) | Kr021 | 150/15 | 8,0 | 2,2 | 41,9 | 219 |
| Batonas pilno grūdo | | 30 | 2,7 | 0,9 | 14,1 | 75 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 80 | 0,3 | 0,3 | 13,0 | 46 |
| Nesaldinta vaisinė arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 11,0 | 3,4 | 69,0 | 340 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr003 | 150 | 1,3 | 1,3 | 11,0 | 61 |
| Jogurtinė grietinė 10% | | 5 | 0,2 | 0,5 | 0,2 | 6 |
| Juoda duona su saulėgrąžomis | | 30 | 2,4 | 2,7 | 12,3 | 83 |
| Žemaičių blynai su kiauliena | D011 | 134/46 | 15,8 | 15,6 | 31,5 | 330 |
| Jogurtinė grietinė 10% | | 25 | 0,9 | 2,5 | 1,1 | 30 |
| Marinuoti agurkai | | 45 | 0,2 | 0,0 | 1,6 | 8 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšių daržovės) | D006 | 20/20/20 | 0,6 | 0,1 | 3,8 | 19 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 100 | 0,1 | 0,0 | 0,2 | 1 |
| Iš viso: | | | 21,5 | 22,8 | 61,7 | 538 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---------------------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Spelta miltų blynėliai su cukinijomis | M007 | 110/10 | 10,4 | 11,3 | 42,1 | 312 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | | 20 | 0,7 | 0,5 | 0,8 | 11 |
| Kefyras 2,5% | | 150 | 5,1 | 3,8 | 7,4 | 84 |
| Iš viso: | | | 16,2 | 15,5 | 50,3 | 406 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,6 | 41,8 | 181,0 | 1284 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

1 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Kuskuso kruopų košė (tausojantis) (augalinis) | Kr005 | 150 | 7,8 | 0,4 | 47,0 | 223 |
| Batonas su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%) | U053 | 30/5/10 | 2,4 | 5,5 | 15,6 | 121 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 60 | 0,2 | 0,2 | 7,8 | 34 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 10,4 | 6,1 | 70,4 | 378 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Žirnių sriuba su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis) | Sr015 | 150 | 5,2 | 2,3 | 17,4 | 111 |
| Pilno grūdo ruginė duona | | 30 | 1,6 | 0,3 | 13,0 | 61 |
| Orkaitėje keptas, spelta miltuose paniruotas vištienos maltinukas (tausojantis) | P011 | 80 | 19,1 | 2,9 | 7,4 | 132 |
| Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis) | Gr002 | 100 | 3,8 | 0,2 | 32,6 | 147 |
| Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi | S010 | 90 | 0,9 | 4,7 | 8,4 | 80 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,1 | 0,0 | 0,7 | 3,2 |
| Iš viso: | | | 30,6 | 10,3 | 79,6 | 534 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis) | V012 | 99/81 | 19,6 | 14,9 | 23,4 | 308 |
| Uogos | | 20 | 0,2 | 0,1 | 2,6 | 12 |
| Juodos duonos (su saulėgrąžomis) sumuštinis su virta vištienos filė pomidorais (tausojantis) | U027 | 20/20/10 | 8,1 | 2,1 | 8,6 | 85 |
| Nesaldinta vaisinė arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 27,9 | 17,1 | 34,5 | 406 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 69,0 | 33,5 | 184,6 | 1318 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

1 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis) | Ki003 | 72/8 | 14,9 | 17,5 | 6,6 | 244 |
| Viso grūdo ruginė duona | | 30 | 2,1 | 0,4 | 15,8 | 75 |
| Pjaustyti pomidorai | D000.3 | 50 | 0,5 | 0,1 | 2,1 | 11 |
| Žirneliai (konservuoti) | | 50 | 2,5 | 0,1 | 7,9 | 42 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 70 | 0,3 | 0,3 | 9,1 | 40 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 20,2 | 18,4 | 41,5 | 412 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Trinta morkų sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr033 | 150 | 1,3 | 5,4 | 10,9 | 97 |
| Viso grūdo ruginė duona | | 30 | 2,1 | 0,4 | 15,8 | 75 |
| Karališki balandėliai su kiauliena (tausojantis) | K008 | 27/73 | 22,2 | 4,0 | 7,6 | 155 |
| Bulvių košė (tausojantis) | Gr012 | 150 | 3,4 | 4,4 | 25,0 | 153 |
| Sviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 65/65 | 1,2 | 0,3 | 4,2 | 24 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,0 | 0,0 | 1,0 | 4 |
| Iš viso: | | | 30,1 | 14,5 | 64,5 | 509 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Grikių ir spelta miltų blynai su bananais | M005 | 108/12 | 9,3 | 7,6 | 44,0 | 318 |
| Uogos | | 15 | 0,2 | 0,1 | 1,8 | 9 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | | 15 | 0,5 | 0,4 | 0,6 | 8 |
| Pienas 2,5% | | 150 | 5,1 | 3,8 | 7,4 | 84 |
| Iš viso: | | | 15,0 | 11,8 | 53,8 | 418 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 65,3 | 44,7 | 159,8 | 1339 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

1 savaitė - Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Brinkinti griekiai (tausojantis) (augalinis) | Kr027 | 180 | 10,2 | 4,1 | 48,1 | 270 |
| Sviestas 82% | | 6 | 0,0 | 4,9 | 0,0 | 45 |
| 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: | | | 10,7 | 9,4 | 61,2 | 372 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr014 | 150 | 2,3 | 2,3 | 17,4 | 99 |
| Viso grūdo ruginė duona | | 30 | 2,1 | 0,4 | 15,8 | 75 |
| Orkaitėje kepti menkių filė paplotėliai praturtinti kviečių sėlenomis (tausojantis) | Ž002 | 75/5 | 15,2 | 9,2 | 5,8 | 167 |
| Virtos perlinės kruopos (tausojantis) | Gr017 | 120 | 3,9 | 0,7 | 29,8 | 141 |
| Kopūstų salotos su pomidorais bei paprikomis ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis) | S003 | 60 | 0,8 | 1,5 | 3,2 | 30 |
| Sviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 20/20 | 0,8 | 0,1 | 2,9 | 16 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,1 | 0,0 | 0,2 | 1 |
| Iš viso: | | | 25,1 | 14,3 | 75,1 | 529 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Pieniška makaronų sriuba (tausojantis) | Sr025 | 160/40 | 6,2 | 7,5 | 22,4 | 182 |
| Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su virtais kiaušiniiais ir pomidorais | U022 | 80/40/20 | 7,4 | 2,8 | 42,5 | 225 |
| Nesaldinta žolelių arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 13,6 | 10,3 | 65,0 | 407 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 49,4 | 34,0 | 201,2 | 1308 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

2 savaitė - Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Penkių kruopų (kviečių, rugių, miežių, grikių, žirnių ar kt.) košė su saulėgrąžomis (tausojantis) | Kr019 | 150/5 | 11,7 | 6,1 | 38,7 | 256 |
| Varškės sūris 13% | | 20 | 4,0 | 2,6 | 0,7 | 42 |
| Uogos | | 15 | 0,2 | 0,1 | 1,9 | 9 |
| Pienas 2,5% | | 100 | 3,4 | 2,5 | 4,9 | 56 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 70 | 0,6 | 0,3 | 8,5 | 39 |
| Iš viso: | | | 19,9 | 11,5 | 54,7 | 402 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Ryžių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr013 | 150 | 1,6 | 2,1 | 13,3 | 79 |
| Pilno grūdo ruginė duona | | 30 | 1,6 | 0,3 | 13,0 | 61 |
| Vištiena troškinta su grietinėle ir daržovėmis (morkomis, cukinijomis, šparaginėmis pupelėmis) (tausojantis) | P002 | 45/20/35 | 11,4 | 15,9 | 3,7 | 202 |
| Virti miežiniai perliukai (tausojantis) | Gr005 | 120 | 4,6 | 0,9 | 31,4 | 152 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 55/55 | 1,2 | 0,2 | 4,1 | 23 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,1 | 0,0 | 0,7 | 3 |
| Iš viso: | | | 20,4 | 19,4 | 66,3 | 520 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Virti makaronai (tausojantis) (augalinis) | Gr010.1 | 120 | 7,6 | 1,2 | 42,2 | 210 |
| Troškintos maltos jautienos padažas (tausojantis) | J005 | 80 | 10,6 | 10,6 | 7,9 | 170 |
| Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis) | D003 | 60 | 0,9 | 2,5 | 5,3 | 48 |
| Nesaldinta vaisinė arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 19,1 | 14,3 | 55,4 | 427 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 59,4 | 45,2 | 176,4 | 1349 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Avižinių kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis) | Kr011 | 180/20 | 8,4 | 4,1 | 26,3 | 184 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 100 | 0,4 | 0,4 | 13,0 | 57 |
| Pienas 2,5% | | 150 | 5,1 | 3,8 | 7,4 | 84 |
| Iš viso: | | | 13,9 | 8,3 | 46,7 | 325 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Daržovių (kopūstų, žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų ar kt.) sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr010 | 150 | 1,7 | 1,6 | 8,3 | 54 |
| Pilno grūdo ruginė duona | | 30 | 1,6 | 0,3 | 13,0 | 61 |
| Bulvių plokštainis su vištiena | D010 | 192/58 | 25,0 | 6,3 | 42,1 | 325 |
| Jogurtinė grietinė 10% | | 30 | 1,0 | 3,0 | 1,3 | 36 |
| Morkų lazdelės | D000 | 140 | 1,4 | 0,3 | 12,2 | 57 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,1 | 0,0 | 0,5 | 2 |
| Iš viso: | | | 30,7 | 11,5 | 77,4 | 536 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Orkaitėje keptos bulvės su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) | D013 | 123/27 | 10,5 | 13,0 | 31,0 | 283 |
| Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) | S021 | 64/30/6 | 3,4 | 6,4 | 8,8 | 106 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Iš viso: | | | 13,9 | 19,4 | 39,8 | 389 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 58,5 | 39,1 | 163,9 | 1250 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Pilno grūdo avižiniai dribsniai su pienu (2,5%) (tausojantis) | U020 | 98/32 | 6,9 | 7,3 | 23,3 | 187 |
| Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su virtais kiaušiniiais, pomidorais | U022 | 40/20/10 | 5,4 | 2,9 | 21,6 | 134 |
| 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: | | | 12,7 | 10,6 | 57,9 | 378 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr014 | 150 | 2,3 | 2,3 | 17,4 | 99 |
| Pilno grūdo ruginė duona | | 30 | 1,6 | 0,3 | 13,0 | 61 |
| Plovas su kalakutiena (tausojantis) | P023 | 133/67 | 26,0 | 12,7 | 39,7 | 377 |
| Marinuoti agurkai | | 50 | 0,3 | 0,1 | 1,8 | 8 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 25/25 | 0,5 | 0,2 | 2,2 | 13 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,5 | 2,2 |
| Iš viso: | | | 30,7 | 15,5 | 74,5 | 560 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Spelta miltų sklindžiai su obuoliais | M003 | 105/15 | 7,7 | 13,0 | 39,0 | 304 |
| Natūralus jogurtas 3,5% | | 30 | 1,2 | 1,1 | 1,7 | 21 |
| Uogos | | 15 | 0,1 | 0,1 | 1,5 | 7 |
| Pienas 2,5% | | 150 | 5,1 | 3,8 | 7,4 | 84 |
| Iš viso: | | | 14,2 | 17,9 | 49,5 | 415 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 57,5 | 44,0 | 181,9 | 1354 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Pieniška manų kruopų košė su vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis) | Kr022 | 180/15 | 6,3 | 10,0 | 25,5 | 217 |
| Varškės sūris 19% | | 50 | 10,1 | 6,5 | 1,8 | 106 |
| 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: | | | 16,7 | 16,9 | 40,3 | 381 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Trinta daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr011 | 150 | 2,1 | 1,6 | 11,3 | 68 |
| Viso grūdo ruginė duona | | 30 | 2,1 | 0,4 | 15,8 | 75 |
| Kiaulienos guliašas (tausojantis) | K006 | 58/22 | 17,6 | 10,1 | 5,4 | 183 |
| Virti makaronai (tausojantis) | Gr010.1 | 120 | 7,6 | 1,2 | 42,2 | 210 |
| Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis) | S011 | 40 | 0,5 | 2,1 | 2,4 | 31 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšių daržovės) | D006 | 20/20/20 | 0,5 | 0,1 | 1,9 | 11 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,1 | 0,0 | 0,7 | 3 |
| Iš viso: | | | 30,5 | 15,5 | 79,7 | 581 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Bulvių košė (tausojantis) | Gr012 | 250 | 5,7 | 7,3 | 41,7 | 255 |
| Pienas 2,5% | | 200 | 6,8 | 5,0 | 9,8 | 111 |
| Iš viso: | | | 12,5 | 12,3 | 51,5 | 366 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 59,8 | 44,7 | 171,5 | 1328 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Virti kiaušiniai | Ki002 | 80 | 9,8 | 9,4 | 0,6 | 126 |
| Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis) | Gr013 | 120 | 5,0 | 1,2 | 27,7 | 143 |
| Žirneliai (konservuoti) | | 50 | 2,5 | 0,1 | 7,9 | 42 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 80 | 0,3 | 0,3 | 10,4 | 46 |
| Nesaldinta vaisinė arbata | | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 17,7 | 11,0 | 46,6 | 357 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr006 | 150 | 1,3 | 1,5 | 8,7 | 53 |
| Viso grūdo ruginė duona | | 50 | 3,5 | 0,7 | 26,4 | 126 |
| Jūrinių lydekų file kotletai | Ž013 | 100 | 14,2 | 2,1 | 12,5 | 126 |
| Bulvių košė (tausojantis) | Gr012 | 120 | 2,7 | 3,5 | 20,0 | 122 |
| Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi | S009 | 60 | 1,4 | 4,4 | 3,9 | 61 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 25/25 | 0,9 | 0,1 | 2,0 | 13 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,0 | 0,0 | 1,0 | 4 |
| Iš viso: | | | 24,1 | 12,4 | 74,3 | 504 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Varškės ir morkų apkepas (tausojantis) | V013 | 90/30 | 17,7 | 16,2 | 15,6 | 279 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | | 30 | 1,0 | 0,8 | 1,3 | 16 |
| Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), fermentiniu sūriu (45%), pomidorais ir agurkais (tausojantis) | U019 | 20/3/7/5/5 | 3,3 | 4,6 | 10,9 | 98 |
| Nesaldinta čiobrelė arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 22,0 | 21,5 | 27,7 | 392 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 63,7 | 44,9 | 148,6 | 1253 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

3 savaitė - Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|-----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Avižinių kruopų košė paskaninta sviesto gabalėliu, braškėmis (tausojantis) | Kr011 | 200/10/20 | 9,4 | 12,9 | 31,3 | 278 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 120 | 0,5 | 0,5 | 15,6 | 69 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata | G003 | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 9,8 | 13,3 | 46,9 | 347 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Daržovių sriuba (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) su makaronais (tausojantis) (augalinis) | Sr023 | 150 | 2,2 | 1,6 | 11,0 | 68 |
| Pilno grūdo ruginė duona | | 40 | 2,2 | 0,4 | 17,3 | 81 |
| Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai (tausojantis) | K005 | 40/40 | 18,4 | 18,3 | 1,3 | 243 |
| Avinžirnių troškiny (tausojantis) (augalinis) | K002 | 100 | 6,9 | 6,9 | 16,3 | 155 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 45/45 | 0,9 | 0,2 | 5,8 | 28 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,1 | 0,0 | 1,0 | 5 |
| Iš viso: | | | 30,6 | 27,4 | 52,7 | 580 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Grikių kruopų blynai su varške | Kr010 | 98/52 | 17,9 | 11,0 | 27,1 | 279 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | | 30 | 1,0 | 0,8 | 1,3 | 16 |
| Pienas 2,5% | | 150 | 5,1 | 3,8 | 7,4 | 84 |
| Iš viso: | | | 24,0 | 15,5 | 35,8 | 379 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 64,4 | 56,3 | 135,3 | 1305 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|-------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis) | Kr028 | 150 | 5,2 | 1,3 | 28,6 | 147 |
| Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su tepamu sūreliu, pomidorais ir agurkais | U049 | 24/24/11/11 | 4,5 | 5,6 | 14,2 | 125 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 100 | 0,4 | 0,4 | 13,0 | 57 |
| Nesaldinta kmynų arbata | G001 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 10,1 | 7,3 | 55,8 | 329 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr016 | 150 | 3,2 | 2,1 | 12,5 | 82 |
| Pilno grūdo ruginė duona | | 30 | 1,6 | 0,3 | 13,0 | 61 |
| Šutinta vištienos file su žalumynais ir grietinėle (tausojantis) | P013 | 80/20 | 20,0 | 8,3 | 1,4 | 160 |
| Bulvių košė (tausojantis) | Gr012 | 120 | 2,7 | 3,5 | 20,0 | 122 |
| Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis) | S025 | 70 | 1,6 | 5,2 | 4,5 | 71 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 20/20 | 0,4 | 0,1 | 1,6 | 9 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,7 | 3 |
| Iš viso: | | | 29,5 | 19,5 | 53,6 | 508 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | |
| Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) | M008 | 128/22 | 13,8 | 9,8 | 42,4 | 313 |
| Varškės sūris 13% | | 30 | 6,0 | 3,9 | 1,1 | 64 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata | G003 | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 19,8 | 13,7 | 43,5 | 376 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 59,5 | 40,4 | 152,9 | 1214 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Pieniška ryžių košė paskaninta gabalėliu sviesto (82%) ir uogomis (tausojantis) | Kr003 | 180/8/10 | 6,4 | 8,5 | 40,4 | 264 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 100 | 1,0 | 2,3 | 11,7 | 71 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata | G003 | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 7,4 | 10,8 | 52,1 | 335 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis) | Sr004 | 150 | 2,9 | 1,5 | 14,0 | 81 |
| Juoda duona su saulėgrąžomis | | 30 | 2,4 | 2,7 | 12,3 | 83 |
| Orkaitėje su garais kepta kalakutienos filė pagardinta prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) | P007 | 80 | 23,2 | 2,6 | 0,5 | 118 |
| Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis) | Gr003 | 120 | 5,1 | 0,6 | 31,3 | 151 |
| Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis) | S028 | 50 | 0,4 | 2,6 | 1,2 | 30 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 25/25 | 1,0 | 0,2 | 3,6 | 20 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 100 | 0,1 | 0,0 | 0,7 | 3 |
| Iš viso: | | | 35,0 | 10,2 | 63,5 | 487 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Mieliniai blynai su bananais ir trintais obuoliais | M004 | 80/20/20 | 6,0 | 11,0 | 36,3 | 268 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | | 100 | 3,3 | 2,5 | 4,2 | 53 |
| Ryžių traputis | | 10 | 0,8 | 0,3 | 8,2 | 38 |
| Nesaldinta vaisinė arbata | G003 | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 10,1 | 13,7 | 48,7 | 359 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 52,5 | 34,8 | 164,3 | 1181 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Omletas su avižų sėlenomis ir žalumynais (tausojantis) | Ki001 | 90/10 | 11,7 | 12,0 | 8,8 | 190 |
| Juoda duona su saulėgrąžomis | | 30 | 2,4 | 2,7 | 12,3 | 83 |
| Pjaustyti pomidorai | D000.3 | 50 | 0,5 | 0,1 | 2,1 | 11 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė | | 100 | 0,4 | 0,4 | 13,0 | 57 |
| Nesaldinta mėtų arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0 |
| Iš viso: | | | 15,0 | 15,2 | 36,1 | 342 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|----------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr012 | 150 | 2,2 | 2,3 | 17,1 | 98 |
| Viso grūdo ruginė duona | | 30 | 2,1 | 0,4 | 15,8 | 75 |
| Orkaitėje kepti kiaulienos maltiniai (netikras "zuikis") (tausojantis) | K009 | 80 | 13,3 | 4,0 | 5,5 | 111 |
| Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis) | Gr010 | 120 | 7,4 | 1,5 | 40,3 | 204 |
| Pekino kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis) | S029 | 50 | 0,4 | 2,9 | 1,3 | 33 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšių daržovės) | D006 | 20/20/20 | 0,6 | 0,2 | 2,7 | 15 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 150 | 0,2 | 0,0 | 0,2 | 2 |
| Iš viso: | | | 26,3 | 11,3 | 83,0 | 539 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|---------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Varškės spygliukai (tausojantis) | M013 | 150 | 18,0 | 10,0 | 31,6 | 290 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | | 30 | 1,0 | 0,8 | 1,3 | 16 |
| Grikių trapučiai | | 10 | 1,3 | 0,3 | 7,0 | 35,9 |
| Nesaldinta vaisinė arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Iš viso: | | | 20,2 | 11,1 | 39,9 | 341 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 61,5 | 37,6 | 159,0 | 1222 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

3 savaitė - Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta gabalėliu sviesto (tausojantis) | Kr023 | 180/8 | 10,9 | 11,9 | 36,9 | 298 |
| 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: | | | 11,3 | 12,3 | 49,9 | 355 |

Pietūs 12:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Trinta daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba (tausojantis) (augalinis) | Sr011 | 150 | 2,1 | 5,3 | 11,5 | 102 |
| Viso grūdo ruginė duona | | 30 | 2,1 | 0,4 | 15,8 | 75 |
| Orkaitėje kepti menkių file maltinukai (tausojantis) | Ž010 | 80 | 12,9 | 9,0 | 5,3 | 154 |
| Virti ryžiai su kariu (tausojantis) (augalinis) | Gr002 | 120 | 4,5 | 0,2 | 39,2 | 177 |
| Šviežių daržovių (paprikų, agurkų, pomidorų, svogūnų) salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis) | S022 | 50 | 0,5 | 2,7 | 2,8 | 37 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) | D006 | 25/25 | 1,0 | 0,1 | 2,4 | 15 |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) | G009 | 100 | 0,1 | 0,0 | 0,2 | 1 |
| Iš viso: | | | 23,2 | 17,7 | 77,2 | 561 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| | | | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. | 6-10 m. |
| Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis) | V003 | 120 | 19,8 | 12,5 | 23,0 | 283 |
| Uogos | | 20 | 0,2 | 0,1 | 2,6 | 12 |
| Juoda duona su saulėgrąžomis ir sviestu (82%) | | 20/3 | 1,6 | 4,3 | 8,2 | 78 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata | G003 | 150 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Iš viso: | | | 21,7 | 16,9 | 33,7 | 373 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 56,2 | 46,9 | 160,8 | 1290 |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną