

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



1 savaitė (4-7 m. vaikai)

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Sorų kruopų košė(tausojantis/augalinis)	3-3/37AT	200	9,81	5,43	52,1	296,53
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,34	5,43	64,97	350,09

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Pieniska makaronų sriuba(Tausojantis)	17	150	3,66	3,77	18,56	118,55
Kepta paukštienos filė (tausojantis)	22	80	19,03	8,52	6,16	176,36
Virti grikiiai(Augalinis/tausojantis)	52	80	3,72	0,76	20,72	108,38
Pekino kopūstų,agurkų,porų	60	100	2,08	10,28	8,04	130,30
Duona		20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			29,97	23,59	63,74	576,99

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Manų- varškės apkepas(Tausojantis)	73	110	16,20	10,24	17,43	225,93
Grietinė	14	15	0,36	4,50	0,47	43,95
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,56	14,74	17,90	269,88
Iš viso (dienos davinio):			56,87	43,76	146,61	1196,96

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



1 savaitė (4-7 m. vaikai)
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	91	200	6,56	7,47	38,73	241,48
Arbata su pienu (nesaldinta)	3	200	4,42	3,25	6,37	72,80
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Iš viso:			11,51	10,72	57,97	367,84

Pietūs 12,30

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (Augalinis/tausojantis)	6	200	1,89	5,69	11,24	97,51
Virtas kiaulienos plovos (tausojantis, plikyti ryžiai)	3	100/50	16,86	13,69	28,41	296,31
Morkų, obuolių, porų salotos (augalinis)	13	100	1,25	6,22	8,47	88,80
Duona	4	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			21,48	25,86	58,38	526,02

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bulviniai blynai	41	100	3,00	10,66	22,00	193,14
Grietinė	14	15	0,36	4,50	0,47	43,95
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,36	15,16	22,47	237,09
Iš viso (dienos davinio):			36,35	51,74	138,82	1130,95

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



1savaitė (4-7 m. vaikai)
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojančios/aušalinės)	115	200	7,84	7,86	32,00	234,00
Arbata (nesaldinta)	3	200	4,42	3,25	6,37	72,80
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Iš viso:			12,79	11,11	51,24	360,36

Pietūs 11.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų sriuba (Aušalinės/tausojančios)	13	150	1,27	3,16	10,48	71,88
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojančios)	10-7/143T	70	17,04	8,32	3,71	157,90
Virti griekiai (aušalinės/tausojančios)		80	3,72	0,76	20,72	108,38
Kopūstų salotos su morkomis (aušalinės)	56	100	1,80	10,28	6,58	123,12
Duona	4	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			25,31	22,78	51,75	504,68

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Mieliniai blynai su obuoliais	69	100	7,25	17,89	36,23	329,24
Grietinė	14	15	0,36	4,50	0,47	43,95
Nesaldinta arbata	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,61	22,39	36,70	373,19
Iš viso (dienos davinio):			45,71	56,28	139,69	1238,23

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



1 savaitė (4-7 m. vaikai)
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių dribsnių košė (augalinis/tausojantis)	45	200	8,01	7,20	36,49	234,88
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Nesaldinta arbata	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,54	7,20	49,36	288,44

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška daržovių sriuba (tausojantis)	25	150	4,25	4,47	13,41	105,24
Virti makaronai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	48	200/50	14,72	11,93	37,04	317,33
Daržovių rinkinukas (morkos, agurka)	33	25/25	0,35	0,10	2,76	13,70
Duona		20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,80	16,76	63,47	479,67

--	--	--	--	--	--	--

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bulvių košė su sviestu	2	150	3,38	5,68	24,28	160,14
Pienas	8	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			8,48	9,43	31,63	244,14
Iš viso (dienos davinio):			37,82	33,39	144,46	1012,25

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



1 savaitė (4-7 m. vaikai)
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Recept ūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta grikių kruopų košė(Augalinis/tausojantis)	96	200	9,70	4,05	39,55	230,50
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,23	4,05	52,42	284,06

Pietūs 12,30 val

Patiekalo pavadinimas	Recept ūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Barščių sriuba su pupelėmis,ir kopūstais(Augalinis/Tausojantis)	3	150	2,35	4,32	10,32	81,39
Žuvies maltinis (tausojantis)	32	80	13,05	12,23	13,63	256,10
Bulvių košė	2	100	2,25	3,79	16,19	106,76
Burokėlių salotos su žirneliais(augalinis)	16	100	2,56	14,55	12,90	177,97
Duona		20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			21,69	35,15		665,62

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Recept ūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kepti varškėčiai	81	100	16,76	13,91	20,05	271,31
Gretinė	14	15	0,36	4,5	0,47	29,3
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,12	18,41	20,52	300,61
Iš viso (dienos davinio):			49,04	57,61	72,94	1250,29

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"

TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



2 savaitė (4-7 m. vaikai)
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu(augalinis/tausojantis)	3-3/34AT	200	5,66	3,45	29,07	169,99
Pienas	8	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Nesaldinta arbata	1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,29	7,20	49,29	307,55

Pietūs 11.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba(Tausojantis)	1	150	3,14	2,91	13,90	89,60
Kepti paukštienos kepinukai (tausojantis)	35	75	16,54	12,52	8,56	211,43
Virti makaronai	6	50	1,90	1,70	13,28	77,71
Kopūstų,pomidorų,agurkų salotos(augalinis)	2	100	1,08	9,58	4,48	101,55
Duona (juoda)	4	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo	5					
Iš viso:			24,14	26,97	50,48	523,69

(nea

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės ir ryžių apkepas	83	100	14,39	11,08	15,07	217,44
Grietinė	14	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Arbata(nesaldinta)	1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,63	14,08	15,38	246,74
Iš viso (dienos davinio):			50,06	48,25	115,15	#####

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



2 savaitė (4-7 m. vaikai)
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Tiršta avižinių dribsnių košė (aušalinis, tausojantis)	98	200	9,85	9,83	35,13	259,4
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata (nesaldinta)	1	150	0,00	0,00	0,00	0
Pienas		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			15,48	13,58	55,35	343,40

Pietūs 12.30 val

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Žirnių sriuba (Tausojantis/aušalinis)	22	150	4,89	3,30	13,77	95,10
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	35	85	14,75	15,99	2,62	210,41
Virti ryžiai su ciberžole (aušalinis, tausojantis)	50	80	2,08	0,18	22,95	95,94
Duona	4	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Pekino kopūstų, porų, pomidorų salotos (aušalinis)	22	100	1,22	9,64	3,71	99,35
Vanduo		150				
Iš viso:			24,42	29,37	53,31	544,20

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Sklindžiai	73	100	8,07	13,23	39,67	305,63
Grietinė	14	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,31	16,23	39,98	334,93
Iš viso (dienos davinio):			48,21	59,18	148,64	1222,53

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



2 savaitė (4-7 m. vaikai)
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Tiršta kukurūzų kruopų košė(augalinis/tausojantis)	97	200	7,89	3,01	47,31	237,33
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,42	3,01	60,18	290,89

Pietūs 12,30 val

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba(Tausojantis/augalinis)	8	150	2,16	2,80	6,19	55,50
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	A7	80	13,48	3,98	2,44	134,21
Virti griekiai(augalinis,tausojantis)	52	80	3,72	0,76	20,72	108,38
Švieži agurkai,pomidorai,morkos	2	20/20/20	0,56	0,12	3,36	16,28
Duona	4	20	1,48	26,00	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			21,40	33,66	42,97	357,77

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Pieniška makaronų sriuba(tausojantis)	27	200	6,52	6,85	21,42	175,08
Batonas	1	20	1,58	0,90	10,38	43,40
Arbata(be cukraus)	1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,10	7,75	31,80	218,48
Iš viso (dienos davinio):			37,92	44,42	134,95	867,14

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



2 savaitė (4-7 m. vaikai)

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Kvietinių dribsnių košė (tausojantis/aušalnis)	117	200	8,63	6,89	37,24	245,44
Arbata su pienu (be cukraus)	3	200	4,42	3,25	6,37	72,80
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Iš viso:			13,58	10,14	56,48	371,80

Pietūs 11.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	97	150	3,64	3,40	11,81	92,36
Keptos paukšties blazdelė (tausojantis)	A-2	80	19,56	13,87	0,67	204,63
Bulguro kruopų košė (tausojantis)	GA1	80	9,84	1,04	30,33	85,50
Rauqintų kopūstų salotos (aušalnis)	8	100	0,80	10,01	7,35	119,76
Duona	4	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			35,32	28,58	60,42	545,65

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Makaronai su sūriu (tausojantis)	66	150/15	11,95	11,15	39,87	312,38
Arbata be cukraus	1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,95	11,15	39,87	312,38
Iš viso (dienos davinio):			60,85	49,87	156,77	1229,83

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



2 savaitė (4-7 m. vaikai)
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Biri grikių kruopų košė(tausojantis/augetis)	110	200	11,97	2,95	65,84	331,55
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,50	2,95	78,71	385,11

Pietūs 12,30 val

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Barščių sriuba su bulvėmis(augalinis/tausojantis)	1	150	1,42	4,23	11,56	85,65
Keptas žuvies maltinis (tausojantis)	37	85	19,32	7,57	5,62	168,12
Bulvių košė	2	100	2,25	3,79	16,19	106,76
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	16	100	2,56	14,55	12,90	177,97
Duona	4	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			27,03	30,40	56,53	581,90

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lietiniai su varškės įdaru	71	100/50	17,45	15,04	43,67	376,49
Grietinė	14	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Arbata (nesaldinta)	1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,69	18,04	43,98	405,79
Iš viso (dienos davinio):			57,22	51,39	179,22	1372,80

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



3 savaitė (4-7 m. vaikai)
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis/aušgalinis)	98	200	9,85	9,83	35,13	259,4
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata (nesaldinta)	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,38	9,83	48,00	312,96

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Pieniška grikių kruopų sriuba (aušgalinis/tausojantis)	26	150	5,16	5,48	15,80	131,97
Virtas kiaulienos plovos (tausojantis, plikyti ryžiai)	3	100/50	16,86	13,69	28,41	296,31
Burokėlių salotos su svogūnais (aušgalinis)	58	100	1,78	4,98	9,65	96,73
Duona	1	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			25,28	24,41	64,12	568,41

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Virti makaronai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	48	200	11,04	8,16	29,28	234,72
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,04	8,16	29,28	234,72
Iš viso (dienos davinio):			46,70	42,40	141,40	1116,09

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



3 savaitė (4-7 m. vaikai)
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Pienkių grūdų dribsnių košė (tausojantis/augalinis)	115	200	7,84	7,86	32,00	234
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata (nesaldinta)	1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Pienas	8	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			5,10	3,75	7,35	371,56

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	14	150	3,63	3,33	14,19	93,47
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)	10-5/102T	70/30	14,90	4,90	9,40	141,40
Virti makaronai (tausojantis)	6	50	1,90	1,70	13,28	77,71
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, morkos, saldžios paprikos, pomidorai, agurkai) (augalinis)	50	100	1,38	6,72	6,26	91,34
Duona (juoda)	4	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			23,29	16,91	53,39	447,32

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Bulvių plokštainis	49	120	3,49	6,05	24,32	163,52
Grietinė	14	15	0,36	4,50	0,47	43,95
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			0,36	4,50	0,47	207,47
Iš viso (dienos davinio):			28,75	25,16	61,21	1026,35

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



3 savaitė (4-7 m. vaikai)
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Tiršta manų kruopų košė(tausojantis/aušgalinis)	92	200	7,97	7,07	37,85	251,60
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,50	7,07	50,72	305,16

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Rūgštynių sriuba(tausojantis/aušgalinis)	8	150	2,97	6,96	13,08	121,73
Keptas vištienos maltinis(tausojantis)	39/48	75	18,87	4,67	7,03	128,66
Virti griekiai(Tausojantis)	52	80	3,72	0,76	20,72	108,38
Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais(aušgalinis)	2	100	1,07	9,57	4,47	101,55
Duona	4	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		150				
Iš viso:			28,11	22,22	55,56	503,72

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Virti varškės kukulaičiai (tausojantis)	87	150	15,90	7,74	33,25	265,03
Grietinė	14	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			0,48	6,00	0,62	323,63
Iš viso (dienos davinio):			37,09	35,29	106,90	1132,51

PARENĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



3 savaitė (4-7 m. vaikai)
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Tiršta perlinių kruopų košė (tausojantis/augalinis)	94	200	7,71	3,29	37,99	203,40
Arbata su pienu (nesaldinta)	3	200	4,42	3,25	6,37	72,80
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Iš viso:			12,66	6,54	57,23	329,76

Pietūs 12.30 val

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Pupelių sriuba (tausojantis/augalinis)	S-2	180	5,63	3,72	21,20	127,03
Troškinta paukštiena (tausojantis)	21	70	12,31	13,51	1,57	175,70
Virti ryžiai (tausojantis)	50	80	2,08	0,18	22,95	95,94
Daržovių rinkinukas (morkos, agurkai)	33	25/25	0,35	0,10	2,76	13,70
Duona	4	40	2,96	0,52	20,52	86,80
Vanduo		200				
Vaisiai	6	100	0,30	0,40	15,10	65,20
Iš viso:			23,63	18,43	84,10	564,37

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Lietiniai	70	100	7,37	9,37	36,37	255,66
Grietinė	14	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Arbata nesaldinta	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,85	15,37	36,99	314,26
Iš viso (dienos davinio):			44,14	40,34	178,32	1208,39

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"



TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



3 savaitė (4-7 m. vaikai)
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (Tausojantis/augalinis)	97	200	7,89	3,01	47,31	237,33
Vaisius	88	100	0,53	0,00	12,87	53,56
Arbata nesaldinta	1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Pienas	8	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			13,52	6,76	67,53	374,89

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Šviežių daržovių sriuba (tausojantis/augalinis)	12	150	1,55	4,91	9,47	84,12
Žuvies kepinukai (tausojantis)	30	80	13,96	10,51	8,94	185,07
Bulvių košė	2	100	2,25	3,79	16,19	106,76
Kopūstų salotos su morkomis ir porais (augalinis)	1	100	1,33	9,58	6,14	107,30
Duona	1	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		200				
Iš viso:			20,57	29,05	51,00	526,65

Pavakariai 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	
Omletas (tausojantis)	88	100	9,67	15,06	5,49	195,96
Batonas	1	20	1,58	0,90	10,38	43,40
Arbata	1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,25	15,96	15,87	239,36
Iš viso (dienos davinio):			45,34	51,77	134,40	1140,90