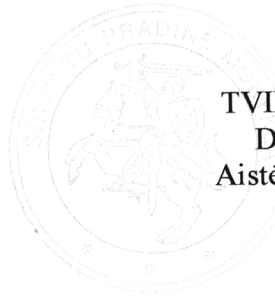


ŠIRVINTŲ PRADINĖ MOKYKLA
Mindaugo g. 13A, Širvintos



TVIRTINU
Direktore *Lumy*
Aistė Palinauskienė

MAITINIMO VALGIARAŠTIS

2026–2027 M. M.15 DIENŲ

6–10 metų amžiaus mokinių grupei

Darbo laikas
8⁰⁰ - 15⁰⁰

MOKAMO MAITINIMO PIETŪS

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8 ³⁵ – 9 ⁵⁵ Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	16-1/4	80	11,33	15,18	20,62	252,00
Arbata be cukraus	1aG	150	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Bulvių sriuba su kiaulienos mėsos kukuliais	17 Sr	150	4,98	4,53	8,01	90,19
Kietųjų kviečių makaronai su malta kiauliena (tausojantis)	11-5/101T	140	8,6	9,25	21,86	136,90
Kalakutienos maltinis (keptas orkaitėje), (tausojantis)	35A	75	13,33	22,77	5,38	277,40
Kiaulienos šonkauliukai (kepti orkaitėje), (tausojantis)	10A	100	23,85	49,33	13,21	583,83
Grikių košė (augalinis)	7Gar	75	4,54	4,11	24,95	152,16
Virtos bulvės (augalinis)	1 Gar	100	2,06	0,10	18,85	83,43
Pomidorai / agurkai	42 S	50/50	0,75	3,7	2,21	43,03
Žaliųjų žirnelių salotos	49 S	100	3,68	6,68	13,46	114,29
Pekino kopūstų ir porų salotos su alyvuogių aliejumi	25 S	100	1,42	6,74	4,35	79,10

Antradienis
Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo Energ. vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtos a.r.dešrelės (tausojantis)	37A	80	5,38	21,29	0,70	215,28
Pilno grūdo duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Kmynų arbata	4a	150	0,45	0,33	1,12	7,49

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Burokėlių sriuba su bulvėmis ir grietine 30%	1Sr	150	1,48	4,90	11,17	90,52
Jautiena troškinta su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T	75/45	23,89	18,96	5,25	283,43
Perlinių kr.košė (augalinis)	6 Gar	75	2,43	3,44	18,61	109,43
Kepta vištienos file	31 A	100	21,96	23,60	6,89	329,68
Bulvių košė	4 Gar	100	2,25	3,79	16,19	106,76
Virtų bulvių cepelinai su varškės įdaru (tausojantis)	54A	150/30	9,02	4,58	35,99	217,02
Raudonųjų kopūstų, morkų, brokolių salotos su alyvuogių aliejumi	2-1/23A	90	1,95	3,15	11,13	80,75
Paprika	47S	40	0,65	0,25	3,3	14,5
Morkų salotos su česnakų	11S	100	1,05	5,05	8,78	76,96

Trečiadienis
Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	104A	150	5,88	5,90	24,00	175,50
Arbata be cukraus	1aG	200	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT	150	2,8	0,14	25,62	115,26
Bulviniai blynai su mėsa, grietine (tausojantis)	51 A	150/30	5,26	25,03	35,94	378,08
Vištienos maltinis, (keptas orkaitėje, tausojantis)	35A	75	15,82	21,11	5,38	272,66
Kvietinių kruopų košė (augalinis)	7GAR	75	2,43	3,44	18,61	109,43
Varškės apkepas (tausojantis)	84A	150	22,43	13,62	28,09	326,87
Natūralus jogurtas 2,5%		20	0,86	0,78	0,96	14,2
Šilauogės		20	2,3	0,014	0,06	8,8
Kopūstų, morkų, agurkų, pomidorų, paprikų salotos su alyvuogių aliejumi	7 S	100	1,20	14,28	5,75	147,78
Švieži agurkai	43Š	50	0,40	0,10	0,92	4,40

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8³⁵–9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių kruopų košė (tausojojantis)	94A	150	7,28	3,04	29,66	172,88
Arbata nesaldinta	2G	150	0,04	0,02	0,48	1,63

Pietūs 11⁴⁵–13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Trinta žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis)	20 Sr	150	3,55	3,26	14,27	93,22
Cukinių ir žuvies paplotėliai (kepti orkaitėje) (tausojojantis)	9-8/164T	120	14,89	5,01	6,2	128,34
Garuose kepto šamo file	9-7/145T	90	17,15	22,65	0,50	274,43
Bulvių košė	4Gar	75	1,69	2,90	12,13	80,07
Viso grūdo miltų sklandžiai su obuoliais ir bananais	6-8/161T	70	7,45	3,38	25,71	162,72
Uogos		20	2,3	0,014	0,06	8,8
Natūralus jogurtas 2,5%	14P	20	0,86	0,78	0,96	14,2
Burokėlių salotos su keptais svogūnais ir paprika	2-3/60 A	90	3,56	7,25	13,70	131,4
Žali žirneliai	48S	50	2,45	0,10	7,90	32,00
Ridikų salotos su obuoliais ir pekininiais kopūstais	54 S	50	0,46	2,55	3,52	36,90
Kiaulienos plovos (ryžiai ,kiauliena) (tausojojantis)	3A	75/75	22,50	19,17	7,79	285,83

4
Jung

Penktadienis
Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų kruopų košė su cinamonu ir Selenėlėmis (tausojojantis)	92A	150/5/5	5,98	5,3	28,39	188,7
Arbata	4G	150	0,45	0,33	1,12	7,49

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Rūgštynių sriuba su bulvėmis 30%grietine	9 Sr	150/5	2,1	5,72	9,87	95,53
Kiaulienos – jautienos maltinis (keptas orkaitėje) (tausojojantis)	16 A	75	14,90	16,84	5,48	230,94
Makaronai su sūriu, (tausojojantis)	15A(P)	150/20	11,95	11,15	39,87	312,38
Lęšių kotletai (keptas orkaitėje) (tausojojantis)(augalinis)	5-8/162T	70	10,76	5,78	25,78	198,31
Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsa	48A	150/20	10,18	6,27	34,15	230,81
Kuskusas(augalinis)	7GAR	75	2,43	3,44	18,61	109,43
Ridikėlių-agurkų-pekininių kopūstų salotos	57 S	100	1,31	6,15	2,98	69,40
Šviežių daržovių rinkinukas	43/44/46/47 S	30/30/20/20	0,50	0,10	2,05	8,50

MOKAMO MAITINIMO PIETŪS

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių dribsnių košė (tausojantis)	94A	150	3,85	7,22	41,19	236,26
Arbata	1a	150	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Žirnių sriuba su bulvėmis	15Sr	150/5	3,63	3,33	14,20	93,47
Kiaulienos sprandinės šašlykas (keptas orkaitėje), (tausojantis)	10A	75/20/20	17,76	36,81	9,03	432,50
Virti kalakutienos kukuliai (tausojantis)	10-3/60T	70	20,54	1,81	7,08	126,74
Blynai su obuoliais iš pilno grūdo miltų (kepti keptuvėje)	77A	150	10,89	6,85	17,05	151,51
Natūralus jogurtas 2,5%	14P	20	0,86	0,78	0,96	14,2
Virtos pieniškos dešrelės	37A	80	5,38	21,29	0,70	215,28
Virti makaronai iš kietagrūdžių kviečių miltų (augalinis)	8Gar	100	4,13	3,41	28,83	166,18
Ryžių košė (augalinis)	5GAR	75	1,40	8,30	47	117,51
Pekino kopūstų-agurkų-kukurūzų salotos su alyvuogių aliejum	3S	100	1,30	9,61	6,30	110,35
Raugintų kopūstų salotos	10S	100	0,80	10,01	7,35	119,75
Šviežias arba raugintas agurkas	44S	50	0,5	0,10	2,05	8,50

Antradienis

Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti kiaušiniai	16Š	40/20	5,04	7,93	1,13	96,2
Pilno grūdo duona	1 Š	20	1,58	0,90	10,38	43,40
Nesaldinta arbata	2 aG	150	0,04	0,02	0,48	1,63

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis, ir morkom 30% grietinė	1-3/27AT	150/5	1,48	4,90	11,17	90,52
Malti paukštienos kepinukai (kepti orkaitėje), (tausojantis)	33A	75	16,54	12,52	8,56	211,43
Keptas kiaulienos nugarinės kepsnys	8A	100	23,77	14,39	7,70	253,60
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	1A	75/45	21,88	16,83	5,01	256,87
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	4-8/160T	140	11,72	7,94	11,39	163,88
Perlinių kruopų košė (augalinis)	6GAR	75	2,43	3,44	18,61	109,43
Keptos bulvės orkaitėje	13G	100	2,91	10,13	26,55	205,85
Troškintos daržovės su grietinės –pomidorų padažu (augalinis)	12A(P)	150	4,20	3,89	9,22	89,56
Šviežių kopūstų, morkų, agurkų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejum.	2-1/20A	100	0,89	6,12	5,24	79,48
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su majonezu 34%	2-1/5A	100	1,05	5,05	8,78	100,98

Trečiadienis
Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta avižinių dribsnių košė(tausojanti)	67A	150	7,39	7,37	26,35	194,55
Arbata	1aG	150	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Pomidorų sriuba su ryžiais	22Sr	150	1,11	5,02	9,03	82,11
Kepti garuose kalakutienos krūtinėlės kulkalaičiai (tausojantis)	10-7/141T	100	25,62	5,89	6,32	178,56
Kuskusas	7GAR	75	2,43	3,44	18,61	109,43
Virti varškėčiai su natūraliu jogurtu (tausojantis)	82A	150/20	20,36	9,92	40,20	329,54
Grikių ir kiaušienos troškinys (tausojantis)	4A	75/75	25,29	20,03	25,10	377,86
Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais, alyvuogių aliejus	2S	100	1,07	9,57	4,47	101,55
Marinuoti agurkai	45S	50	1,40	-	0,65	8,00

Ketvirtadienis
Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų kruopų košė (tausojanti)	21A	150	5,92	2,25	35,48	178,00
Arbata be cukraus	1aG	150	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba(augalinis)	1-3/38AT	150	1,66	2,27	9,21	63,91
Lašiša kepta garuose (kepta orkaitėje), (tausojantis)	9-7/145T	70	16,86	18,88	3,38	249,48
Troškintos daržovės(kopūstai-morkos-bulvės su a.r.virtomis dešrelėmis (tausojantis)	61A	75/75	4,18	14,28	4,03	160,02
Lietiniai blynai su varške (iš pilno grūdo miltų),apkepti orkaitėje	70 A	100/50/15	17,45	15,04	43,67	376,49
Lietiniai blynai su dešrele (iš pilno grūdo miltų aukščiausios rūšies) ,apkepti orkaitėje	74 A	100/50/15	11,16	24,38	36,87	407,46
Bulvių košė	4GAR	75	1,69	2,90	12,13	80,07
Burokėlių salotos	15S	100	1,60	0,10	11	42,93
Pekininių kopūstų ir porų salotos	25S	100	1,42	6,74	4,35	79,10
Raugintų kopūstų,morkų,burokėlių ir vaisių salotos (augalinis)	2-1/24A	70	0,60	0,45	20,10	86,85

Penktadienis

Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta manų kruopų košė(tausojojanti)	92A	200	7,97	7,07	37,85	251,60
Uogienė	15P	5	0,02	-	5,32	20,32
Arbata be cukraus	1G	150	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir 30% grietine	19Sr	150/5	1,20	4,94	4,98	63,90
Kiaulienos maltinis (keptas orkaitėje)	29A	75	12,81	13,59	13,33	224,52
Miežinių kruopų košė (augalinis)	6 G	100	3,24	4,59	24,82	145,91
Marinuotas agurkas	45 S	50	1,40	-	0,65	8,00
Kopūstų/porų/obuolių salotos su majonezu	6S	100	1,32	5,09	7,71	76,00
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	53A	150	12,30	8,79	32,37	253,47
Sviesto 82% /grietinės 30% padažas	3P	15	0,27	7,89	0,34	73,14
Varškės apkepas (tausojantis)	84A	150	22,43	13,62	28,09	326,87
Natūralus jogurtas 2,5%	14P	20	0,86	0,78	0,96	14,2
Šilauogės		20	2,23	0,14	0,06	8,8
Uogienė	15P	5	0,015	-	3,54	13,55

8
grynf.

MOKAMO MAITINIMO PIETŪS

3 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių dribsnių košė (tausojanti)	28A	150	5,88	5,63	25,16	172,20
Arbata be cukraus	1aG	150	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine 30%	11Sr	150/5	1,73	4,96	11,37	93,90
Vištų blauzdelės keptos orkaitėje (tausojantis)	32 A	75	18,09	14,39	0,51	203,83
Pomidorų padažas		15	0,59	0,08	3,56	16,50
Kiaulienos maltinis (keptas orkaitėje), (tausojantis)	29A	75	12,81	13,59	13,33	224,52
Virti makaronai iš kietagrūdžių kviečių miltų (augalinis)	8 Gar	100	4,13	3,41	28,83	166,18
Morkų, avižinių dribsnių, varškės blynai, su natūraliu jogurtu	6A	150/10	15,58	22,60	39,69	417,99
Grikių košė (augalinis)	7 Gar	75	4,53	4,11	24,95	152,16
Šviežių daržovių rinkinukas	43/44/46/4S	100	0,50	0,10	2,05	8,50
Salierų salotos su agurkais	60 S	50	1,90	4,29	2,34	53,06
Žirneliai, obuolys, kiaušiniai	38S	50	2,24	3,52	4,85	56,10

Antradienis

Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kuskusas tausojantis	7GAR	150	4,86	6,88	37,22	218,86
Arbata	1aG	150	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Burokėlių sriuba su bulvėmis	1Sr	150/5	1,48	4,90	11,17	90,52
Bulvių ir cukinijų plokštainis (keptas orkaitėje)	4-8/169	140	4,68	4,23	20,06	137,28
Sviesto -grietinės padažas	3P	20	0,35	10,51	0,45	97,52
Kiaulienos sprandinės kepinukai (kepti orkaitėje), (tausojantis)	9A	75	11,86	28,23	8,38	333,08
Grietinėje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojantis)	10-5/100T	75/45	16,38	3,4	3,6	136,56
Virtos bulvės (augalinis)	2 Gar	100	2,02	2,99	18,33	107,04
Perlinių kruopų košė (augalinis)	6 Gar	75	2,43	3,44	18,61	109,43
Šv. Kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklom	2-1/22A	100	1,38	4,89	5,52	71,65
Morkos-porai-obuoliai su alyvuogių aliejum	14S	100	1,01	6,72	9,55	97,00

Luigi

Trečiadienis

Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų kruopų košė (tausojantis)	92A	150	5,98	5,30	28,39	188,7
Nesaldinta arbata	2aG	150	0,04	0,02	0,48	1,63

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)	16Sr	150/5	3,55	3,26	14,27	91,44
Kaimiški blynai(pilno grūdo miltai, varškė, kefyras) (tausojantis)	76A	150/20	20,38	26,14	30,09	435,14
Vištienos file kepta su daržovėmis (kepta orkaitėje)	5A	75/75	22,50	19,17	7,79	285,83
Kiauliena su troškintais kopūstais (tausojantis)	10-8/161T	70	13,33	22,77	5,38	277,40
Bulvės keptos orkaitėje (augalinis)	13 G	75	2,91	7,60	19,91	154,38
Cukinių, agurkų, ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A	100	1,61	2,20	6,70	50,87
Virtos pieniškos dešrelės	37 A	80	5,38	21,29	0,70	215,28
Pomidorai -agurkai	42S	50/50	0,75	3,7	2,21	43,03

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojanti)	106 A	150	16,30	0,95	42,27	218,25
Kmynų arbata	4aG	150	0,45	0,33	1,12	7,49

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Kopūstų sriuba su bulvėmis	6 Sr	150	2,46	3,26	14,27	79,73,44
Kalakutienos file maltinukai su varške (9%) ir cukinija (kepti orkaitėje), (tausojantis)	29A	75	12,81	13,59	13,33	224,52
Avižinių kruopų ir kiaulienos išpjovos troškiny (tausojantis)	11-5/103T	140	13,59	7,39	25,56	223,12
Jūros lydekų kepsniai	39A	100	19,62	13,09	4,50	212,86
Malti žuvies kepinukai (kepti orkaitėje) (tausojantis)	42A	75	13,09	13,59	8,38	206,66
Grikių košė (augalinis)	7Gar	75	4,53	4,11	24,95	152,16
Bulvių košė	4Gar	75	1,69	2,90	12,13	80,07
Troškintos daržovės (augalinis)	12S	50	2,75	8,16	5,21	105,80
Sezoninės daržovės		100				
Burokėliai - žirnėliai - mar. agurkai, su alyvuogių aliejum	20S	100	2,34	4,96	8,22	80,35

10
Lung

Penktadienis
Pusryčiai 8³⁵ – 9⁵⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė			Patiekalo energetinė vertė (kcal)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai (tausojojantis)	65A	150	6,21	6,37	43,26	260,43
Žalioji arbata	2G	200	-	-	-	-

Pietūs 11⁴⁵ – 13⁴⁵

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Pertrinta moliūgų arba cukinių sriuba (augalinis)	22 Sr	150/10	0,88	5,67	5,21	72,32
Kiaulienos-jautienos maltinis (keptas orkaitėje), (tausojojantis)	16A	75	14,90	16,84	5,48	230,94
Vištienos šašlykai (file gabaliukai kepti orkaitėje) (tausojojantis)	34A	75/10/10	17,76	36,81	9,03	432,50
Ryžių košė (augalinis)	5 Gar	75	2,43	3,44	18,61	109,43
Kopūstai-morkos – obuoliai su alyvuogių aliejum	4S	100	1,15	3,47	7,89	61,20
Pupelės – obuoliai-porai su majonezu 34%	26S	100	5,65	6,98	18,49	145,56
Šviežių daržovių rinkinukas	43/44/46/47S	30/30/20/20	0,50	0,10	2,05	8,50
Žemaičių blynai su kiaulienos mėsa (kepti orkaitėje), (tausojojantis)	56A	150	10,69	14,19	37,58	315,88
Natūralus jogurtas 2,5 %		20	0,86	0,78	0,96	14,2