

Tvirtinu:  
UAB „ALZENA“  
Direktorė Alvyra Žemaitienė

**I savaitė**  
**Pirmadienis**

**Alergenų ženklavimas:**

P - Pieno produktai

G - Gliutenas

K - kiaušinis

Ž - Žuvis

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausoįantis) <b>G, K</b>	1-3/38AT	150	3,73	5,10	20,73	143,79
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausoįantis)	11-5/102 T	100(65/25)	17,73	10,26	4,71	182,09
Šviežių morkų salotos su sezamo sėklomis ir cirtininiu užpilu (augalinis)	2-1/11	80/10	1,25	5,15	9,20	88,15
Biri grikių košė su sviestu (82%) (tausoįantis) <b>P</b>	3-3/50T 2	75	4,46	2,92	24,27	141,15
Pilno grūdo ruginė duona <b>G</b>	18/70 2	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Stalo vanduo su citrina	17-1/17	200/2	0,02	0,01	0,19	0,89
<b>Iš viso:</b>			<b>28,47</b>	<b>23,82</b>	<b>67,96</b>	<b>600,05</b>

**Pavakariai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė <b>G, P</b>	3-3/31AT	250	7,20	9,80	41,30	281,80
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) fermentinis sūris ir aukščiausios rušies vištienos dešra (sumuštinis) <b>G, P</b>	.16-1/4	28/6/26/15	8,6	1,1	14,40	101,60
Sezoniniai vaisiai*		80	1,21	0,48	22,31	89,60
Nesaldinta arbata (kmynų)	17-1/2 18	150	0,00	0,00	0,00	0,41
<b>Iš viso:</b>			<b>17,01</b>	<b>11,38</b>	<b>78,01</b>	<b>473,41</b>

\* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

\* Uogas gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezonškumą

Parengė Alvyra Žemaitienė

Tvirtinu:  
UAB „ALZENA“  
Direktorė Alvyra Žemaitienė

**I savaitė  
Antradienis**

**Alergenų ženklavimas:**

P - Pieno produktai

G - Gliutenas

K - kiaušinis

Ž - Žuvis

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis)(tausojantis)	1-3/30AT	150	4,23	3,33	18,47	120,74
Kepta Paukštienos filė (tausojantis)	30A	75	18,38	5,28	6,62	147,79
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT	120	3,01	4,98	21,59	143,23
Pekino ir morkų salotos su šviežiais pomidorais ir aliejaus užpilu (augalinis)	2-5/3	80/8	0,89	5,14	3,20	62,60
Pilno grūdo ruginė duona <b>G</b>	18/70	30	1,92	0,57	13,29	65,97
Sezoniniai vaisiai*	18/20	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>28,67</b>	<b>19,54</b>	<b>70,97</b>	<b>574,65</b>

**Pavakariai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinių ir bulvių plokštainis (tausojantis) <b>P</b>	4-8/169	140	6,56	5,93	28,14	192,19
Sviesto-grietinės (30%) padažas <b>P</b>	3P	50	0,62	12,85	0,80	182,95
Kefyras 2,5% <b>P</b>		150	4,80	3,75	5,85	76,35
Sezoniniai vaisiai*		120	0,50	0,50	15,60	68,60
<b>Iš viso:</b>			<b>12,48</b>	<b>23,03</b>	<b>50,39</b>	<b>520,09</b>

\* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

\* Šviežios daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniskumą.

Parengė Alvyra Žemaitienė

Tvirtinu:  
UAB „ALZENA“  
Direktorė Alvyra Žemaitienė

**Alergenų ženklavimas:**

P - Pieno produktai

G - Gliutenas

K - kiaušinis

Ž - Žuvis

**I savaitė  
Trečiadienis**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	200	6,5	5,6	26,2	181,2
Nesaldintas jogurtas (2,5%) <b>P</b>		10	0,47	0,25	0,45	5,9
Ryžių plovai su kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	10-5/109 T	100/50	30,57	25,99	28,40	310,03
Švieži agurkai*		60	6,00	5,90	5,50	77,00
Pilno grūdo ruginė duona <b>G</b>	18/70	30	2,22	0,48	12,84	64,56
Sezoniniai vaisiai*	18/20 8	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Stalo vanduo su apelsiniais	17-1/17	200	0,02	0,01	0,19	0,89
<b>Iš viso:</b>			<b>46,18</b>	<b>38,63</b>	<b>86,58</b>	<b>696,78</b>

**Pavakariai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai su sūriu (45%) (tausojantis) <b>G, K, P</b>	66A	150	10,10	8,30	27,10	223,00
Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės, slyvos) su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis)	15-8/161AT	100	1,00	2,43	18,64	100,46
Pienas (2.5%rieb.) <b>P</b>		200	6,20	5,00	9,20	106,60
<b>Iš viso:</b>			<b>17,30</b>	<b>15,73</b>	<b>54,94</b>	<b>430,06</b>

\* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

\* Šviežių daržovių rinkinuke daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniškumą.

Parengė Alvyra Žemaitienė

Tvirtinu:  
UAB „ALZENA“  
Direktorė Alvyra Žemaitienė

**Alergenų ženklimas:**

P - Pieno produktai

G - Gliutenas

K - kiaušinis

Ž - Žuvis

**I savaitė  
Ketvirtadienis**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
		(g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis * (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	5,77	2,48	24,8	144,57
Grietinė (30% riebi.) <b>P</b>	14P	8	0,19	2,40	0,25	23,36
Konvekciniėje krosnelėje keptas varškės (9%) ir ryžių apkepas (tausojantis) <b>P, K, G</b>	85A	165	21,73	16,67	19,23	314,37
Trintos uogos*		30	0,3	0	3,34	3,90
Nesaldintas jogurtas (2,5%) <b>P</b>	18/21	20	0,96	0,52	2,07	11,88
Pilno grūdo ruginė duona <b>G</b>	18/70 2	20	1,28	0,38	8,86	43,98
Sezoniniai vaisiai*	18/20 8	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Stalo vanduo su braškėmis	17-1/17	200	0,02	0,01	0,19	0,89
<b>Iš viso:</b>			<b>30,65</b>	<b>22,86</b>	<b>71,74</b>	<b>600,15</b>

**Pavakariai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti moliūgų blynai su kefyru ( 2,5%) <b>P, K, G</b>	4-6/122	120	6,65	8,22	20,17	181,26
Grietinė (30%) <b>P</b>	14P	30	0,72	9,00	0,93	87,90
Nesaldinta arbata (ramunelių)	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sūrio lazdelė PIKNIK 40% riebi P		20	3,66	2,91	0,03	42,00
<b>Iš viso:</b>			<b>7,37</b>	<b>17,22</b>	<b>21,13</b>	<b>311,16</b>

\* **Burokėlių sriuba** 05-06 mėn. gali būti keičiama į **šaltibarščius** su bulvėmis (techn. kort. Nr. 5Sr. B-4,64 g; R-4,45 g; A-13,3 g; Kcal -111,78).

\* **Nurodyti valgiaraštyje vaisiai** gali būti keičiami į sezonius vaisius.

\* **Šviežių daržovių rinkinuke daržovės** gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniškumą.

\* **Uogas** gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniškumą

Parengė Alvyra Žemaitienė

Tvirtinu:  
UAB „ALZENA“  
Direktorė Alvyra Žemaitienė

**Alergenų ženklavimas:**

P - Pieno produktai

G - Gliutenas

K - kiaušinis

Ž - Žuvis

**I savaitė  
Pentadienis**

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT	150	2,62	8,28	19,11	156,7
Grietinė (30% rie.) <b>P</b>	14P	8	0,19	2,40	0,25	23,36
Konvekciniėje krosnelėje kepta su garais liesa žuvis su provanso žolelėmis (jūros lydekos filė) (tausojantis) <b>Ž</b>	9-7/144T	100	18,67	0,35	0,12	78,32
Bulvių košė su sviestu 82% (tausojantis) <b>P</b>	4Gar	100	2,27	3,79	16,19	107,76
Švž.daržovių salotos su salotų padažu (augalinis)	7S/ 13P	100	1,2	14,58	4,97	147,38
Pilno grūdo ruginė duona <b>G</b>	18/70 2	20	2,22	0,48	12,84	64,56
Sezoniniai vaisiai*	18/20 8	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Stalo vanduo su braškėmis*	17-1/17	200	0,02	0,01	0,19	0,89
<b>Iš viso:</b>			<b>27,59</b>	<b>30,29</b>	<b>66,67</b>	<b>636,17</b>

**Pavakariai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virta pieniška dešrelė Tigriukas a/r (vištienos)(tausojantis)	40A	60	4,31	17,03	0,50	172,22
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai su sviestu 82% (tausojantis) <b>G, K, P</b>	6-3/60T	100	5,57	3,23	29,37	168,87
Pomidorų padažas"Vaikiškas"		15	0,40	0,00	3,30	20,00
Švieži agurkai*	18/22 2	30	0,24	0,06	0,69	4,26
Grietinė (30% rie.) <b>P</b>	18/70 2	30	2,22	0,48	12,84	64,56
Nesaldinta arbata (mėtų)	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,74</b>	<b>20,80</b>	<b>46,70</b>	<b>429,91</b>

\* Nurodyti valgiaraštyje vaisiai gali būti keičiami į sezonius vaisius.

\* Šviežios daržovės gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniškumą.

\* Uogas gali būti keičiamos atsižvelgiant į sezoniškumą

Parengė Alvyra Žemaitienė











