

TVIRTINU
Panevėžio r. Raguvos gimnazijos
direktorė

Inesa Vietienė

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos
aprašo 8 priedas

UAB „Sotega“ Panevėžio skyrius

Raguvos gimnazija

Laisvės g. 24, Raguva, Panevėžio r. sav.

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programą vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

 6-10 m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo iki val.

1 savaitė pirmadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltas kiaulienos šnicelis (A-1;3)	AKM3A	70	10,60	13,62	5,54	185,78
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1B	100	2,29	0,11	20,99	92,91
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35A	90	1,21	4,67	6,00	64,28
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2D	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			17,85	21,77	62,94	500,60

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Lęšių troškiny su krynais (tausojantis) (augalinis) (A-1)	ADR300E	180	12,62	9,28	40,21	291,90
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35A	90	1,21	4,67	6,00	64,28
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2D	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			17,57	17,31	76,62	513,82

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Aukštaičių blynai (A-1,3,7)	AML8G	160	8,97	9,07	52,40	323,72
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2B	150	1,20	0,30	16,50	64,50
Viso			13,75	18,58	91,13	570,26

Pietūs 4 variantas

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta kiauliena su česnakais (tausojantis)	AKM5953D	60	11,44	14,56	1,13	180,79
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1B	100	2,29	0,11	20,99	92,91
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35F	80	1,07	4,15	5,33	57,14
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2D	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			18,54	22,19	57,87	488,47

Direktorė
Inesa Vietienė



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



1 savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (A-1;3;7)	AAP5A	150	17,96	12,34	36,16	331,12
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145D	150	1,05	0,45	14,10	57,00
Viso			22,06	17,93	72,48	529,17

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Grikių ir daržovių maltinukai (tausojantis) (augalinis) (A-9)	ADR360B	160	6,56	6,35	39,58	231,41
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSA73C	70	0,76	3,68	4,25	46,61
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			15,41	18,12	82,24	527,27

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Lietiniai blynėliai su obuolių įdaru (A-1)	AML88F	160	4,93	7,32	37,84	232,30
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91B	150	4,80	3,75	7,20	82,50
Mandarinai (augalinis)	IVN145D	150	1,05	0,45	14,10	57,00
Viso			14,60	19,46	85,82	558,49

Pietūs 4 variantas

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltas vištienos kepsnys (A-1:3)	AKM218C	70	11,41	9,28	10,68	169,92
Biri sorų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGA175B	100	3,83	3,81	25,09	151,91
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSA73B	100	1,09	5,26	6,07	66,59
Geriamas vanduo	GÉR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			19,57	20,42	70,20	522,98

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

1 savaitė trečiadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos kepsnys (A-1;3)	AKM5C	70	15,65	6,65	1,11	128,74
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7A	100	3,72	3,23	25,63	139,93
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165B	100	1,57	5,12	10,39	85,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			26,36	18,99	71,31	534,04

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškintos daržovės su pomidorų padažu (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR349B	180	3,91	6,90	25,45	172,06
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165C	90	1,42	4,61	9,35	77,05
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			16,54	20,51	76,97	532,87

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virti varškėčiai (A-1;3;7)	AVR12I	160	16,77	9,40	42,94	323,12
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3B	150	0,60	0,60	19,50	79,50
Viso			22,83	16,99	87,60	576,87

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Pietūs 4 variants

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išsēiga g	Patiekalo maistinė vertē			Energetinė vertē
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137G	10	0,65	0,11	5,23	23,72
Užkepti natūralūs kiaulienos kotletai (tausojantis) (A-3;7)	AKM157F	60	9,22	14,07	0,85	165,84
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA23G	80	3,15	1,56	22,09	117,87
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165H	70	1,10	3,58	7,27	59,93
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			18,23	23,10	59,15	499,68

Direktorė
Inesa Vicienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su ciberžole (tausojantis)	AKM5956B	70	14,06	10,47	0,05	150,56
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6I	90	2,86	3,01	21,93	120,04
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95E	80	0,85	4,15	6,96	61,29
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			20,96	22,35	65,31	525,12

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Pupelių-daržovių troškiny (tausojantis) (augalinis)	ADR189A	200	11,05	9,95	36,16	250,72
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95B	100	1,06	5,19	8,70	76,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			15,31	19,86	81,23	520,56

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškintas vištienos kukulis (tausojantis) (A-1:3)	AKM145C	70	10,46	7,55	7,81	139,22

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Puslapis 7

Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6I	90	2,86	3,01	21,93	120,04
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95E	80	0,85	4,15	6,96	61,29
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			17,37	19,44	73,07	513,78

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Sklandžiai su bananais (A-1:3:7)	AML30J	130	7,89	7,23	51,17	296,97
Grietinė 30% (A-7)	IVN10D	15	0,36	4,50	0,46	44,10
Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)	GĖR63A	200	3,67	4,17	4,96	74,28
Kriaušė (augalinis)	IVN4I	140	0,56	0,42	18,76	72,80
Viso			14,72	20,80	93,24	603,78

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

1 savaitė penktadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kepta lydekos filė (A-1;4)	AŽU34D	70	14,31	3,84	2,71	102,78
Bulvių košė (tausojantis) (A-7)	GGA172C	120	2,92	2,73	22,19	123,80
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43F	120	1,54	6,20	12,75	104,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4C	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			22,03	16,22	70,32	494,40

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Ryžių ir daržovių miltiniai (augalinis) (tausojantis)	ADR361B	200	5,12	7,09	41,66	232,64
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43A	80	1,02	4,13	8,50	69,53
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4C	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			13,61	20,59	87,65	556,66

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137F	15	0,97	0,16	7,85	35,58
Mieliniai blynėliai su varške (A-1;3;7)	AML21F	140	11,66	8,97	56,76	349,87
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0

Direktore
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Kriaušė (augalinis)	IVN4I	140	0,56	0,42	18,76	72,80
Viso			14,68	18,43	90,24	567,81

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos plovai (tausojantis)	AKM189D	170/0	10,67	14,19	32,37	291,76
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43E	90	1,15	4,65	9,56	78,22
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4C	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			14,44	22,18	69,37	509,79

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė pirmadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis) (A-1;3)	AKM209A	70	10,44	11,22	8,58	175,09
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1D	120	2,75	0,14	25,19	111,49
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573A	100	1,07	6,30	5,89	76,32
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2D	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			18,87	21,05	74,53	538,59

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių ir perlinių kruopų troškiny (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR253B	200	7,28	5,89	41,97	227,04
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573D	80	0,86	5,04	4,72	61,06
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Apelsinai (augalinis)	IVN2D	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			16,45	17,96	82,32	518,06

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Sklindžiai su obuoliais (A-1;3;7)	AML2A	150	8,83	8,36	55,66	327,67
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2F	140	1,12	0,28	15,40	60,20

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“

Direktorė

Rita Juškienė

Puslapis 11

Viso	13,75	17,77	92,52	564,24
------	-------	-------	-------	--------

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos nugarinės suktinukas (A-1:3)	AKM5957C	70	15,78	5,87	2,66	128,38
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)(A-1)	GGA21A	100	4,62	3,16	25,74	143,36
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573C	90	0,97	5,67	5,30	68,69
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2D	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			25,33	17,98	63,34	492,39

Direktore
 Inesa Vicienė

UAB „SOTEGA“
 Direktore
 Rita Juškienė

2 savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) (A-1;7)	AKM206D	80/0	10,47	9,25	4,24	137,29
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7A	100	3,72	3,23	25,63	139,93
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165C	90	1,42	4,61	9,35	77,05
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			20,02	20,61	70,78	517,40

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137F	15	0,97	0,16	7,85	35,58
Virti makaronai su daržovėmis (žirn,mork,svogūn) (tausojantis)(A-1)	AML24C	120/30	5,71	2,98	37,57	198,90
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165E	80	1,26	4,09	8,31	68,49
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			15,41	14,30	80,83	496,67

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137F	15	0,97	0,16	7,85	35,58
Mieliniai blynėliai (A-1;3;7)	AML222E	120	8,64	6,69	53,48	304,30

Direktore
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktore
Rita Juškienė

Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3E	130	0,52	0,52	16,90	68,90
Viso			13,31	13,68	90,31	518,97

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos plovė (tausojantis)	AKM190C	36/134	10,80	10,15	32,37	255,96
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165C	90	1,42	4,61	9,35	77,05
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			16,64	18,28	73,28	496,15

Direktore
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktore
Rita Juškienė

2 savaitė trečiadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137F	15	0,97	0,16	7,85	35,58
Bulvių plokštainis su vištiena (A-7)	ADR65A	150	9,67	6,75	44,63	275,05
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4B	150	0,60	0,45	20,10	78,00
Viso			17,04	15,97	88,79	554,40

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Avinžirnių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)(A-1)	ADR322C	180	13,15	7,97	43,85	289,74
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA23B	100	1,18	5,19	6,81	70,52
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4C	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			17,03	15,16	80,66	500,19

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltas kiaulienos kepsnys su kmynais (A-1;3;7)	AKM131F	60	10,88	12,70	3,33	170,58
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)(A-1)	GGA21A	100	4,62	3,16	25,74	143,36
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA23I	90	1,06	4,67	6,12	63,47
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4C	80	0,32	0,24	10,72	41,60

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Viso	19,26	22,53	65,20	517,33
------	-------	-------	-------	--------

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išsiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsos įdaru	ADR25A	105/45	10,80	9,16	41,41	287,93
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4I	140	0,56	0,42	18,76	72,80
Viso			19,91	19,65	88,85	599,94

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepta vištiena (A-7)	AKM56C	70	12,09	10,98	0,12	147,74
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5A	100	6,82	4,44	37,53	213,82
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84F	60	0,93	3,06	6,13	50,89
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2E	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			25,07	21,98	74,10	573,06

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Kvietinių kruopų plovai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR327C	170	6,65	11,54	38,47	272,77
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84D	50	0,77	2,55	5,11	42,41
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2F	20	0,16	0,04	0,46	2,20
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			12,90	17,62	76,29	486,55

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepti/virti sūrinių (A-1:7)	AML44E	140	14,84	7,99	53,79	341,91
Grietinės 30% padažas (A-1:7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145G	140	0,98	0,42	13,16	53,20

Direktorė
Inesa Vietienė

CAB „SOTEGA“

Direktorė

Rita Juškienė

Puslapis 17

Viso	20,62	14,92	90,45	558,92
------	-------	-------	-------	--------

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išciga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltas vištienos šnicelis (A-1:3)	AKM4C	70	10,77	8,69	5,54	142,10
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5A	100	6,82	4,44	37,53	213,82
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84E	70	1,08	3,57	7,15	59,37
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2E	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			23,91	20,20	80,54	575,90

Direktorė
Inesa Vicienė

UAB „SOTEGA“

Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė penktadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis) (A-1:3:4)	AŽU187A	70	11,91	6,93	7,73	140,27
Bulvių tyrė (tausojantis) (A-7)	GGA8A	100	2,48	0,52	18,57	87,92
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)	GSA70I	90	0,93	5,66	5,07	67,87
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			19,44	16,48	72,36	500,13

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių ir grikių kepinukai (augalinis) (tausojantis)	ADR185E	150	5,26	3,81	31,56	170,45
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)	GSA70C	70	0,73	4,40	3,95	52,78
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			14,95	17,61	86,56	542,00

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137G	10	0,65	0,11	5,23	23,72
Kepti varškėčiai (A-1:3:7)	AVR11D	140	20,63	17,15	33,40	369,15
Uogų padažas	PAD103B	20	0,11	0,10	3,30	12,12

Direktorė
Inesa Vicienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1K	140	1,68	0,42	32,34	135,80
Viso			24,93	20,69	86,32	619,83

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos ir grikių troškiny (tausojantis)	AKM205E	46/114	14,49	9,56	33,37	273,27
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)	GSA70I	90	0,93	5,66	5,07	67,87
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			19,54	18,59	79,43	545,22

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

3 savaitė pirmadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su česnakais (tausojantis)	AKM5935A	70	13,58	10,02	1,32	149,22
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA23A	100	3,93	1,95	27,61	147,34
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525F	90	1,00	4,71	7,13	68,60
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4C	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			21,30	19,31	65,04	504,44

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Pupelių ir daržovių troškinys su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR183A	200	12,15	8,52	44,09	269,68
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525D	80	0,89	4,19	6,34	60,97
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4C	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			20,18	19,08	85,41	547,94

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis) (A-1:3)	AKM15C	70	10,73	8,23	6,19	140,22

Direktorė
Inesa Vicienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Puslapis 21

Virti makaronai (augalinis) (tausojuantis) (A-1)	GGA23A	100	3,93	1,95	27,61	147,34
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525F	90	1,00	4,71	7,13	68,60
Geriamas vanduo	GER70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4C	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			18,45	17,52	69,91	495,44

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojuantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137G	10	0,65	0,11	5,23	23,72
Miltiniai blynėliai (A-1:3:7)	AML26L	120	8,29	6,87	53,29	304,14
Grietinė 30% (A-7)	IVN10A	10	0,24	3,00	0,31	29,40
Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)	GER63A	200	3,67	4,17	4,96	74,28
Kriaušė (augalinis)	IVN4G	130	0,52	0,39	17,42	67,60
Viso			14,53	16,72	89,00	549,39

Direktore
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktore
Rita Juškienė

3 savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Kiaulienos maltinis (A-1:3)	AKM93D	60	9,10	11,83	5,73	164,52
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7A	100	3,72	3,23	25,63	139,93
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43D	50	0,64	2,58	5,31	43,46
Švž. pomidorai (augalinis)	GSA88E	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			16,68	21,02	64,14	493,23

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Daržovių košė su žirniais (tausojantis) (augalinis)	ADR364B	200	11,01	9,92	37,03	261,86
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43B	100	1,28	5,17	10,62	86,92
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			15,21	18,41	73,89	488,99

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Avižinių dribsnių ir obuolių blynėliai (A-1,3,7)	AML142F	140	9,35	14,85	45,51	343,74
Grietinė 30% (A-7)	IVN10D	15	0,36	4,50	0,46	44,10

Direktore
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktore
Rita Juškienė

Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinas (augalinis)	IVN145G	140	0,98	0,42	13,16	53,20
Viso			12,73	22,80	75,24	538,99

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Lietuviškas kiaulienos karbonadas (A-1:3)	AKM62C	70	15,78	5,90	2,40	127,72
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7A	100	3,72	3,23	25,63	139,93
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43B	100	1,28	5,17	10,62	86,92
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinas (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			23,70	17,62	64,90	494,78

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“

Direktorė
Rita Juškienė

3 savaitė trečiadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeią g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiauliena troškinta su šviežiais kopūstais (tausojantis)	AKM449E	100	11,86	16,13	3,50	203,51
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1G	90	2,06	0,10	18,89	83,62
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417E	100	1,00	0,20	8,70	31,00
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			20,27	20,31	70,43	525,94

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeią g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Plovas su daržovėmis (tausojantis)	AKM536C	180	4,19	9,23	36,81	232,89
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417C	70	0,70	0,14	6,09	21,70
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			14,58	17,00	88,24	540,40

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeią g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137F	15	0,97	0,16	7,85	35,58
Ryžių apkepas su varške 9% (tausojantis) (A-1;3;7)	AAP7F	130	8,43	6,44	42,16	255,71
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1F	130	1,56	0,39	30,03	126,10
Viso			14,53	16,42	91,05	558,96

Pietūs 4 variantas

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“

Direktorė
Rita Juškienė

Puslapis 25

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Natūralus maltas kiaulienos pjausnys(A-1;3)	AKM75D	70	10,44	13,84	5,08	185,06
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA4D	100	2,30	3,38	24,88	134,03
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417E	100	1,00	0,20	8,70	31,00
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			19,08	21,29	78,00	557,90

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

3 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtos vištienos maltinis (tausojantis) (A-1;3;7)	AKM33C	70	11,85	8,44	8,66	156,03
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6C	100	3,18	3,34	24,36	133,38
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35A	90	1,21	4,67	6,00	64,28
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			19,30	19,90	67,24	501,52

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių kotletai su žirnių miltais (augalinis) (A-1)	ADR362B	200	6,16	10,62	45,34	286,88
Daržovių padažas (A-1)	PAD129B	20	0,33	1,52	2,70	24,46
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35D	50	0,67	2,60	3,33	35,71
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			14,57	21,92	85,60	572,88

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Lietiniai blynėliai su varškės 9% įdaru (A-1;3;7)	AML10B	104/56	13,28	12,31	36,38	307,22
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Obuoliai (augalinis)	IVN3B	150	0,60	0,60	19,50	79,50
Viso			17,10	22,03	74,32	550,96

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Kepta vištienos filė (A-1:3)	AKM256E	70	16,93	9,58	2,56	130,48
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6C	100	3,18	3,34	24,36	133,38
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35B	100	1,34	5,19	6,66	71,42
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3C	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			24,83	21,61	64,43	494,98

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

3 savaitė penktadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Lydekos filė maltinukas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽU46C	70	12,57	3,21	7,35	107,38
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5A	100	6,82	4,44	37,53	213,82
Kopūstų, pomidorų ir porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA572B	100	1,38	4,80	5,07	62,37
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2D	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			26,02	15,11	81,09	541,40

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtų bulvių blynai su daržovėmis (augalinis) (A-1)	ADR363B	150	4,07	6,63	36,38	214,09
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Apelsinai (augalinis)	IVN2G	120	0,96	0,24	13,20	51,60
Viso			14,48	15,39	81,99	503,81

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškėčiai su kukurūzų miltais (A-3;7)	AVR50H	140	20,39	16,95	32,33	367,91
Uogu padažas	PAD103B	20	0,11	0,10	3,30	12,12
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2F	140	1,12	0,28	15,40	60,20
Viso			26,24	19,82	73,37	563,66

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis) (A-3)	ADR24D	150/0	8,16	8,22	33,56	237,91
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVN2F	140	1,12	0,28	15,40	60,20
Viso			20,06	19,31	80,70	562,43

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė