

VALGIARAŠTIS
1 SAVAITĖ
1 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išėiga	Kalorijos	Gamybos būdas, trukmė
SRIUBOS				
Barščių sriuba(bulvės 1r., morkos, svogūnai, alyvuogių aliejus)	Sr003	200	79	Tausojantis-augalinis 15-20 min
Pertrinta daržovių sriuba(kopūstai, žali žirnėliai, šaldytos daržovės, bulvės, morkos, pakepintos morkos, svogūnai, pakepinti svogūnai, sviestas 82%, vanduo, miltai, grietinė 30%)	12	200	128,11	Augalinis-tausojantis 20-30 min
Pieniška grikių kruopų sriuba(pienas 2,5%, vanduo, grikių kruopos, morkos, pakepintos morkos, sviestas 82%, cukrus,)	26	200	175,96	Tausojantis 20-25 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (bulvės 1r., bulvių krakmolos, kiaušiniai, atvėsinta kiaulienos kotletinė mėsa, svogūnai, rapsų aliejus)	41	200/20	411,10	Tausojantis 20 min
Užkeptos daržovės (bulvės 1 r., žali žirnėliai, pomidorai, fermentinis sūris 40%, morkos, kiaušiniai, pienas 2,5%, majonezas 34%, rapsų aliejus,	51	150	222,37	Tausojantis –augalinis15-20 min
Bulvių kotletai (bulvės, kiaušiniai, bulvių krakmolos, miltai a.r., rapsų aliejus, grietinė 30%)	48	200/20	384,04	Kepta 10-15 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Makaronai su varške (varškė 9%, kiaušiniai, sviestas 82%, grietinė 30%)	65	180	343,83	Tausojantis 15-20 min
Lietiniai su bananais (miltai, pienas 2,5%, vanduo, kiaušiniai, cukrus, rapsų aliejus, bananai, grietinė 30%)	72	100/50/20	342,94	Kepta 10-15 min
Varškės ir ryžių apkepas (varškė 9%, ryžiai, manų kruopos, cukrus, pienas 2,5%, kiaušiniai, sviestas 82%, grietinė 30%, džiovėsėliai, saldus grietinės padažas)	83	150	326,16	Kepta 30-40 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Kepta filė (kiaušiniai, majonezas 34%, bulvių krakmolos, rapsų aliejus)	22	60	132,27	Kepta 10-15 min
Kepsnys užkeptas sūriu (atvėsinta vištienos filė, majonezas 34%, bulvių krakmolos, fermentinis sūris 40%, rapsų aliejus)	33	70	177,67	Kepta 10-15 min
Kukuliai si pupelėmis ir daržovėmis (atvėsinta vištienos mėsa, svogūnai, morkos, batonas, alyvuogių aliejus)	P004	67/103	271,00	Tausojantis 20-25 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Kiaulienos kepsnys su daržovėmis(atvėsinta kiaulienos nugarinė, morkos, svogūnai, fermentinis sūris 40%, majonezas 34%, miltai a.r.)	34	100	284,14	Keptas 10-15 min
Jautienos malta kepsnys (troškintas orkaitėje)(atvėsinta jautienos kotletinė, miltai a.r., batonas, aliejus rapsu)	11	75/7,5	230,94	Tausojantis 20-25 min
Kiauliena troškinta su pupelėmis (atvėsinta kiaulienos kotletinė, miltai a.r., batonas, rapsų aliejus)	6	75/125	314,68	Tausojantis 30-40 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Jūros lydeka su daržovių asorti(kepta folijoje)(šaldyta jūros lydeka, daržovių asorti, rapsų aliejus)	50	75/50	172,10	Tausojantis 20 min
Jūros lydeka sūrio plutelėje (šaldyta jūros lydeka, fermentinis sūris 40%, rapsų aliejus, miltai a.r.)	51	80	189,16	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Bulvių košė su morkomis (bulvės 1r., morkos, pienas 2,5%, sviestas 82%)	Gr012	150	147	Tausojantis 20-25 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 20-25 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 20-25 min
DARŽOVĖS				
Švž. daržovių salotos su užpilu	S012	30	22	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

2 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išėiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Žiedinių kopūstų sriuba (bulvės 1r., morkos, svogūnai, rapsų-alyvuogių aliejus)	Sr017	200	177	Tausojantis-augalinis 15-20 min
Žirnių – perlinių kruopų sriuba (Perlinės kruopos, žirniai, morkos, svogūnai, , rapsų aliejus, vanduo)	14	200	124,62	Augalinis-tausojantis 25-30 min
Pieniška daržovių sriuba (pienas 2,5%, vanduo, kopūstai, buvės, žali žirneliai, morkos, pakepintos morkos, sviestas 82%)	25	200	140,32	Tausojantis 20-25 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Bulvių pudingas su varške (bulvės 1 r., varškė 9%, miltai a.r., pienas 2,5%, kiaušiniai, sviestas 82%, sūris fermentinis 40%, grietinės 30%)	54	200/20	377,46	Kepta 35-45 min
Troškintos daržovės (asorti) (daržovių asorti, grietinės-pomidorų padažas Nr.5)	60	200	105,89	Troškinta 15-20 min
Moksleiviški blynai (bulvės 1r., bulvių krakmolas, varškė 9%, rapsų aliejus, kiaušiniai, miltai a.r.)	56	200/20	471,03	Kepta 10-15 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Makaronai su smulkinta kiaušiena (atvėsinta kiaušienos kotletinė, svogūnai, rapsų aliejus, makaronai)	64	150/60	323,08	Tausojantis 20-25 min
Lietiniai su obuoliais (cinamonas, kiaušiniai, miltai a.r., pienas 2,5%, rapsų aliejus)	70	150/20	439,02	Kepta 10-15 min
Virti varškėčiai (varškė 9%, miltai, kiaušiniai, cukrus, sviesto grietinės padažas, grietinės padažas)	83	150/20	385,30	Virta – tausojantis 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Suktinukas su daržovėmis (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, miltai a.r., morkos, svogūnai, rapsų aliejus)	38	75	238,91	Kepta 15-20 min
Plovas (atvėsinta paukštienos filė arba atvėsinti vištienos ketvirčiai, ryžiai, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, pomidorų padažas)	3	37,5/120	272,78	Troškinta 25-30 min
Vištienos šnicelis (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, kiaušiniai, svogūnai, morkos, miltai a.r., rapsų aliejus)	36	75	277,40	Kepta 15-20 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Kiaulienos suktinukas (atvėsinta kiaulienos nugarinė, miltai a.r., rapsų aliejus)	38	75	175,11	Kepta 15-20 min
Mėsos-daržovių troškinyas (atvėsinta kiaulienos kotletinė, rapsų aliejus, bulvės, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, natūralus pomidorų padažas, miltai)	2	60/120	256,81	Troškinta 30-40 min
Užkepti natūralūs kotletai (atvėsinta kiaulienos kotletinė, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, rapsų aliejus, kiaušiniai, fermentinis sūris 40%, majonezas 34%)	13	80	249,61	Kepta 15-20 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Troškinta žuvies filė (folijoje) (jūros lydeka, rapsų aliejus, miltai a.r.)	44	75	154,67	Tausojantis 15-20 min
Žuvies maltinis padaže (atšaldyta jūros lydeka, batonas, svogūnai, rapsų aliejus, sviestas 82%, miltai a.r.)	123	75/10	212,5	Tausojantis 20-25 min
GARNYRAI				
Virtos perlinės kruopos (perlinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	99	100	111,12	Tausojantis 20-25 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 20-25 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 20-25 min
DARŽOVĖS				
Kopūstų – morkų salotos (kopūstai, morkos, padažas alyvuogių aliejus)	S011	35	23	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išeiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Pupelių sriuba (morkos, svogūnai, rapsų aliejus)	Sr014124	200		Tausojantis-augalinis 25-30 min
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (ryžių kruopos, morkos, bulvės, pakepintos morkos, svogūnai, pakepinti svogūnai, rapsų aliejus, vanduo)	13	200	96,00	Tausojantis-augalinis 20-55 min
Pieniška perlinių kruopų sriuba (pienas 2,5%, vanduo, perlinės kruopos, morkos, pakepintos morkos, sviestas 82 %, cukrus.)	26	200	160,32	Tausojantis 25-30 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Bulvių plokštainis su varške (bulvės 1r. pienas 2,5%, kiaušiniai, varškė 9%, grietinė 30%)	35	200/20	412,63	Kepta 40-50 min
Bulvių, morkų, žirnelių troškiny (bulvės 1r., morkos, žali žirneliai, alyvuogių aliejus, svogūnai)	56	200/20	184,65	Tausojantis –augalinis 25-30 min
Morkų-avižinių dribsnių varškės blynai (varškė 9%, kiaušiniai, miltai a.r., morkos, pienas 2,5%, rapsų aliejus)	50	150	458,64	Kepta 10-15 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Makaronai su vištiena (makaronai, aliejus rapsų, sūris fermentinis 40%, miltai a.r.)	64	150/50/10	347,64	Tausojantis 15-20 min
Mieliniai blynai (miltai a.r., kiaušiniai, cukrus, rapsų aliejus, pienas 2,5%, mielės, trinti obuoliai su cukrumi arba uogienė)	68	150/20	566,80	Kepta 10-15 min
Varškės spygliukai (varškė 9%, manų kruopos, cukrus, kiaušiniai, bulvių krakmolos, grietinė 30%, saldus grietinės padažas)	88	150/20	348,23	Virta –tausojantis 15-20 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Vištienos filė (folijoje) (atvėsinta vištienos filė, milta a.r., rapsų aliejus)	33	75	190,20	Kepta 15-20 min
Guliašas (atvėsinta paukštienos filė arba atvėsinti ketvirčiai, rapsų aliejus, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, milta a.r., i, natūralus pomidorų padažas, grietinė 30%)	1	60/80	203,70	Tausojantis 30-40 min
Maltas kalakutienos šnicelis (su pienu) (atvėsinta kalakutienos šlaunelių mėsa, pienas 2,5 %, kiaušiniai, svogūnai, morkos, rapsų aliejus, špelta miltai)	25	80	195,58	Kepta 15-20 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Kiaulienos kepsnys su sūriu (atvėsinta kiaulienos nugarinė, majonezas 34%, miltai a.r., rapsų aliejus)	88	90	292,66	Kepta 10-15 min
Kiaulienos maltinis (atvėsinta kiaulienos kotletinė, kiaušiniai, svogūnai, batonas, alyvuogių aliejus, miltai a.r.)	K003	80	169	Tausojantis 15-20 min
Kiauliena troškinta su kopūstais (atvėsinta kiaulienos kotletinė, pomidorų pasta, svogūnai, morkos, miltai a.r., rapsų aliejus)	5	60	120	Tausojantis 30-40 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Kepinukai (jūros lydeka, bulvių krakmolos, majonezas 34%, kiaušiniai, rapsų aliejus)	K003	80	169	Tausojantis 15-20 min
Filė grietinėlis padaže (jūros lydeka, miltai a.r., grietinė, 30%, sviestas 82%)	49	75/20	187,12	
GARNYRAI				
Brinkinti griekiai	Gr018	150	187	Tausojantis 1 h
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 25-30 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 20-35 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 20-35 min
DARŽOVĖS				
Burokėlių, obuolių salotos (burokėliai, obuoliai, alyvuogių aliejus)	S025	115	116	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

**VALGIARAŠTIS
1 SAVAITĖ
4 DIENA**

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išeiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Rūgštinių sriuba (rūgštynės, bulvės 1r., morkos, svogūnai, rapsų aliejus)	Sr007	200	69	Tausojantis-augalinis 20-25 min
Agurkų sriuba su ryžių kruopomis (rauginti agurkai, morkos, svogūnai, ryžiai, alyvuogių aliejus)	13	200	96,00	Tausojantis –augalinis 20-25 min

Pieniška makaronų sriuba (pienas 2,5%, sviestas 82%, makaronai)	27	200	175,08	Tausojantis 15-20 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa (bulvės 1r., bulvių krakmolos, atvėsinta kiaulienos kotletinės mėsa, svogūnai, rapsų aliejus, grietinės 30%)	36	200	366,34	Virta 25-30 min
Karališki balandėliai (kiaulienos kotletinės mėsa, kopūstai, ryžiai, svogūnai, morkos, rapsų aliejus, kiaušiniai, bulvių krakmolos, sviesto-grietinės padažas arba grietinės padažas)	62	100/20	248,62	Tausojantis 30-40 min
Bulviniai piršteliai su varške (bulvės, krakmolos, kiaušiniai, sviesto- grietinės padažas arba grietinės padažas)	46	200/20	372,45	Kepta 10-15 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Makaronai su sūriu. Makaronai, fermentinis sūris 40%, sviestas 82%, natūralus pomidorų padažas, arba grietinės padažas)	64	170	289,68	Tausojantis 15-20 min
Lietiniai su varške (miltai a.r., pienas 2,5%, vanduo, kiaušiniai, cukrus, rapsų aliejus, varškė 9%, saldus grietinės padažas arba grietinė 30%)	71	180	435,98	Kepta 10-15 min
Kepti varškėčiai (su miltais ir manais) (varškė 9%, miltai, manai, kiaušiniai, cukrus, rapsų aliejus, saldus grietinės padažas arba grietinė 30%)	84	150/20	465,57	Kepta 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Virtos šlaunelės (atvėsintos vištienos šlaunelės, rapsų aliejus)	34	75	203,83	Tausojantis
Kepsnys užkeptas daržovėmis (miltai a. r., filė, morkos, svogūnai, majonezas 34%, sūris 40%, rapsų aliejus)	33	75	235,60	Kepta 20-30 min
Troškiny (atvėsinta vištienos filė, morkos, svogūnai, alyvuogių aliejus, miltai a. r.)	P008	56/44	192	Tausojantis 20-25 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Kiaulienos sprandinė (kepta folijoje) (atvėsinta kiaulienos sprandinė, miltai a.r., rapsų aliejus)	7A	75	248,12	Kepta 20-25 min
Malti voleliai su morkomis (atvėsinta jautienos kotletinė, morkos, svogūnai, rapsų aliejus, miltai a.r.)	15	100	285,17	Kepta 15-20 min
Mėsos-daržovių troškiny (atvėsinta kiaulienos kotletinė, rapsų aliejus, bulvės, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, natūralus pomidorų padažas, miltai a.r.)	2	75/75	267,47	Tausojantis 30-40 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Žuvies šnicelis (atvėsinta žuvies filė (jūros lydeka), lašiniai, kiaušiniai, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, rapsų aliejus, vanduo, kiaušiniai, džiovėsėliai, sviesto-grietinės padažas)	45	75	194,41	Kepta 15-20 min
Filė su daržovėmis (šaldyta jūros lydekos filė, kiaušiniai, svogūnai, morkos, rapsų aliejus)	41	75	169,15	Tausojantis 10-15 min
Filė užkepta sūriu (šaldyta jūros lydekos filė, kiaušiniai, miltai a. r., majonezas 34%, fermentinis sūris 40%)	45	100	188,91	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Virt ryžiai (ryžiai, sviestas 82%)	Gr002	150	221	Tausojantis 25-30 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 25-30 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 25-30 min
DARŽOVĖS				
Iceberg salotos (pomidorai, paprikos, agukai, alyvuogių aliejus)	S-033	30/10/10/10/3	39	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

**VALGIARAŠTIS
1 SAVAITĖ
5 DIENA**

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išėiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Daržovių sriuba (bulvės 1r., svogūnai, morkos, alyvuogių aliejus, kopūstai)	Sr023	200	102	Tausojantis-augalinis 25-30 min
Špinatų sriuba (bulvės 1r., morkos, svogūnai, miltai a.r., alyvuogių aliejus, kiaušiniai)	9	200	121,25	Tausojantis –augalinis 20-25 min

Pieniška ryžių kruopų sriuba (pienas 2,5%, vanduo, ryžių kruopos, morkos, pakepintos morkos, sviestas 82%, cukrus,)	26	200	160,56	Tausojantis 25-30 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Bulviniai blynai su salierais ir saulėgrąžomis (bulvės, kiaušiniai, rapsų aliejus, salierai, saulėgrąžos, grietinė 30%)	38	150	290,18	Kepta 10-15 min
Virtų bulvių cepelinai su varške (bulvės 1r., bulvių krakmolos, atvėsinta kiaulienos kotletinės mėsa, svogūnai, rapsų aliejus, grietinė 30%)	36	200	366,34	Virta 15-20 min
Daržovių -grikių troškiny (kopūstai, žali žirneliai, morkos, svogūnai, rapsų aliejus, padažas Nr. 6	57	200/20	352,20	Tausojantis 25-30 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Virti makaronai su žuvimi (jūros lydeka, rapsų aliejus, miltai a.r., fermentinis sūris 40%,	64	150/50/10	223,35	Tausojantis 15-20 min
Lietiniai su mėsa (pienas 2,5%, miltai a.r., aliejus rapsų, kiaušiniai, atvėsinta kiaulienos kotletinė, grietinė 30%)	74	100/50/20	454,86	Kepta
Virti virtinukai su varške (miltai a.r., varškė 9%, kiaušiniai)	78	150/20	407,87	Tausojantis 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Vištienos kepinukai (Atvėsintos vištienos šlaunelės, majonezas 34%, kiaušiniai, bulvių krakmolos, rapsų aliejus)	24	80	190,17	Kepta 20-25 min
Troškinta paukštiena (atvėsinta, kalakut. šlaunelės, rapsų aliejus, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, grietinė 30%, miltai a.r.)	21	60/40	182,07	Troškinta 20-25 min
File ant iešmelio (folijoje) (atvėsinta paukštienos filė, rapsų aliejus)	17	75	309,40	Kepta 10-15 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Įdarytas kiaulienos maltinis (atvėsinta kiaulienos kotletinė mėsa, batonas, kiaušiniai, svogūnai, rapsų aliejus)	15	80	221,87	Kepta 20-25 min
Kiaulienos karbonadas (keptas folijoje) (atvėsinta kiaulienos nugarinė, kiaušiniai, majonezas 34%, miltai a.r., rapsų aliejus)	8	75	247,26	Kepta 10- 15 min
Mėsos- grikių troškiny su kiauliena (atvėsinta kiaulienos kotletinė, griekiai, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, pomidorų padažas)	4	60/120	405,62	Troškinta 25-30 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Žuvies maltinis (atšaldyta jūros lydeka, batonas, svogūnai, rapsų aliejus,)	Z011	100	198	Keptas 15-20 min
Žuvies filė užkepta morkomis (jūros lydeka, fermentinis sūris 40%, majonezas 34%, morkos, miltai a.r.)	48	100	180,05	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Virti raudonieji lešiai (lešiai, vanduo, sviestas 82%)	Gr004	150	206	Tausojantis 25-30 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 25-30 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 25-30 min
DARŽOVĖS				
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
2 SAVAITĖ
1 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išeiga	Kalorijos	Gamybos būdas, trukmė
SRIUBOS				
Raugintų kopūstų sriuba (rauginti kopūstai, morkos, svogūnai, bulvės 1r., aliejus alyvuogių, grietinė 30%)	30	200/7	89,44	Tausojantis-augalinis 20-30 min
Pertrinta bulvienė (bulvės, morkos, svogūnai, alyvuogių aliejus, grietinė 30%)	16	200/10	183,88	Augalinis-tausojantis 20-30 min
Pieniška trintų daržovių sriuba (pienas 2,5%, bulvės 1r., morkos, manų kr, sviestas 82%)	18	200	119,17	Tausojantis 25-30 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Moliūgų- obuolių ir varškės pudingas (pienas 2,5%, manų kruopos, kiaušiniai A kl., varškė 9%, sviestas 82%)	288	200/20	382,74	Kepta 30-40 min
Virtų bulvių blynai su fermentiniu sūriu (bulvės 1r., miltai a.r., kiaušiniai A kl., fermentinis sūris 40%, pienas 2,5%)	292	200/20	401,16	Kepta 15-20 min
Virtinukai su virtomis bulvėmis (miltai a.r., bulvės 1r., svogūnai, sviestas 82%, grietinė 30%)	315	200/20	278,19	Tausojantis 15-20 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Makaronų apkepas (pienas 2,5%, kiaušiniai A kl., sviestas 82%, grietinė 30%, manų kruopos)	354	200	320,71	Kepta 25-30 min
Skryliai su agonomis (miltai a.r., kiaušiniai A kl., grietinė 30%)	67	180/20	263,98	Tausojantis 10-15 min
Sklandžiai su varške (miltai a.r., kiaušiniai A kl., varškė 9%, pienas 2,5%, grietinė 30%)	76	150/20	407,87	Kepta 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Vištienos maltinis (kepta folijoje) (atvėsinta šlaunelių mėsa, batonas, svogūnai, miltai a.r., kiaušiniai A kl., rapsų aliejus)	144	80	222,42	Kepta 15-20 min
Kepsnys „Vilnius“ (atvėsinta vištienos filė, kiaušiniai A kl., sviestas 82%, petražolės, miltai a.r., rapsų aliejus)	489	100	276,38	Kepta 15-20 min
Įdarytas kepsnys (atvėsinta vištienos filė, fermentinis sūris 40%, sviestas 82%, krapai, kiaušiniai A kl., miltai a.r., rapsų aliejus)	490	100	312,50	Tausojantis 15-20 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Netikras zuikis padaže (keptas orkaitėje) (atvėsinta kiaulienos kotletinė, batonas, kiaušiniai A kl., svogūnai)	59	85/17	295,99	Kepta 25-30 min.
Populiarusis maltinis (keptas folijoje) (atvėsinta kiaulienos kotletinė, batonas, kiaušiniai A kl., svogūnai)	125	75	255,31	Tausojantis 15-20 min
Troškiny su baklažanais (atvėsintas kiaulienos kumpis, svogūnai, morkos, baklažanai, pomidorų pasta, rapsų aliejus)	468	75/30	233,70	Tausojantis 25-30 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Žuvies maltinis sviesto – grietinės padaže (kepta folijoje) užšaldyta jūros lydeka, miltai a.r., kiaušiniai A kl., batonas, rapsų aliejus,	123	75	212,5	Tausojantis 15-20 min
Žuvies rageliai (kepta orkaitėje) (šaldyta jūros lydeka, batonas, kiaušiniai A kl., pienas 2,5%, svogūnai, sviestas 82%, rapsų aliejus)	388	100	305,67	Tausojantis 15-20 min
Kepsnys „Jaunystė“ (kepta folijoje) (šaldyta jūros lydeka, batonas, pienas 2,5%, svogūnai, morkos kiaušiniai A kl., rapsų aliejus, manų kruopos)	389	100	261,52	Tausojantis 15-20 min
GARNYRAI				
Žirnių košė (žirniai, vanduo, sviestas 82%)	106	100	145,50	Tausojantis 25-30 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 25-30 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 25-30 min
DARŽOVĖS				
Kopūstų salotos su paprika (kopūstai, paprikos, padažas Nr.12)	S011	120	95	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
2 SAVAITĖ
2 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išėja	Kalorijos	Gamybos būdas, trukmė
SRIUBOS				
Vištienos sriuba su makaronais (bulvės a.r., morkos, svogūnai, atvėsinta vištienos šlaunelės mėsa)	36	200	108,28	Tausojantis-augalinis 10-15 min
Lietuviška vegetariška sriuba (burokėliai, svogūnai, morkos, petražolių šaknys, bulvės, citrinų sultys)	264	250	140,02	Tausojantis –augalinis 20-25 min
Pieniška kukulienė (pienas 2,5%, miltai a.r., kiaušiniai A kl., sviestas 82%)	276	250	178,21	Tausojantis 15-20 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Bulvių suktinukai su varške (kepta orkaitėje) (bulvės 1r., miltai a.r., kiaušiniai A kl., varškė 9%, rapsų aliejus, grietinės 30%, sviestas 82 %)	293	200/20	289,16	Kepta 15-20 min
Kopūstų kotletai (kepta orkaitėje) (pienas 2,5%, manų kruopos, kiaušiniai A kl., miltai a.r., rapsų aliejus, grietinė 30%)	294	150/20	184,32	Tausojantis 15-20 min
Pomidoras įdarytas daržovėmis ir ryžiais (morkos, petražolės, kiaušiniai A kl., fermentinis sūris 40%, grietinė 30%)	311	200/20	135,82	Tausojantis 10-15 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Abriedukai (miltai a.r., kiaušiniai A kl., grietinė 30%)	358	200/20	261,30	Tausojantis 10-15 min
Blynėliai su žuvies įdaru (miltai a.r., pienas 2,5%, kiaušiniai A kl., svogūnai, šaldyta jūros lydeka, sviestas 82%, rapsų aliejus)	362	200/10	396,15	Kepta 10-15 min
Virtinukai su daržovėmis (miltai a.r., švž. Kopūstai, svogūnai, morkos, sviestas 82%, grietinės 30%)	357	200/20	235,22	Tausojantis –augalinis 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Įdaryta vištienos šlaunelė (atvėsinta vištienos šlaunelės mėsa, svogūnas, česnakas)	496	100	308,26	Tausojantis 20-25 min
Kepsnys „Jūratė“ (kepta orkaitėje) (atvėsinta vištienos šlaunelės mėsa, batonas, kiaušiniai A kl., rapsų aliejus)	498	100	371,54	Kepta 10-15 min
Kalakutienos troškiny su pupelėmis (atvėsinta kalakutienos kotletinės mėsa, svogūnai, morkos, miltai a.r., rapsų aliejus)	507	100	364,87	Tausojantis 20-30 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Troškintas jautienos kukulis padaže (atvėsintas jautienos kumpis, batonas, svogūnai, sviestas 82%, miltai a.r., grietinė 30%, rapsų aliejus)	133	85/20	243,16	Tausojantis 25-30 min
Pieniška dešrelė a.r.	128	80	218,10	Tausojantis 10 min
Kiaulienos kepsnys įdarytas špinatais (atvėsinta kiaulienos nugarinė, kiaušiniai A kl., miltai a.r., rapsų aliejus)	435	100	242,83	Tausojantis 15-20 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Žuvies kukuliai pomidorų padaže (šaldyta jūros lydeka, kiaušiniai A kl., miltai a.r., rapsų aliejus, pomidorų pasta)	124	75	227,58	Tausojantis 15-20 min
Maltas žuvies suktinukas (šaldyta jūros lydeka, svogūnai, kiaušiniai A kl., sviestas 82%, rapsų aliejus)	384	100	302,03	Tausojantis 15-20 min
Įdarytas kepsnys „Klaipėda“ (keptas folijoje) (šaldyta jūros lydeka, kiaušiniai A kl., manų kruopos, rapsų aliejus, batonas, pienas 2,5 %)	387	100	284,31	Keptas 15-20 min
GARNYRAI				
Virti raudonieji lęšiai (lęšiai, vanduo, sviestas 82%)	Gr004	150	206	Tausojantis 25-30 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 25-30 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 25-30 min
DARŽOVĖS				
Kopūstų salotos su paprika (kopūstai, paprikos, padažas Nr.12)	S011	120	95	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos(Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos(burokėliai, aliejaus padažas Nr. 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
2 SAVAITĖ
3 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išėiga	Kalorijos	Gamybos būdas, trukmė
SRIUBOS				
Pupelių sriuba (bulvės a.r., morkos, svogūnai, alyvuogių aliejus, grietinė 30%)	27	200/7	154,01	Tausojantis-augalinis 25-30 min
Lietuviški barščiai (burokėliai, svogūnai, morkos, alyvuogių aliejus, grietinė 30%)	25	200/8,6	90,9	Tausojantis – augalinis 20-25 min
Pieniška žirnių-perlinių kruopų sriuba (žirniai, perlinės kruopos, pienas 2,5%, bulvės 1 r., morkos, sviestas 82%)	20	200	188,00	Tausojantis 20-25 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Kopūstų sklandžiai (kepta orkaitėje) (pienas 2,5 %, manų kruopos, kiaušiniai A kl., rapsų aliejus)	295	200/20	197,56	Kepta 10-15 min
Morkų kotletai (kepta orkaitėje) (pienas 2,5%, manų kruopos, kiaušiniai A kl., miltai a.r., grietinė 30%)	305	120/20	158,67	Kepta 10-15 min
Bulvinės bandelės su varške (kepta orkaitėje) (bulvės 1r., kiaušiniai A kl., miltai a.r., varškė 9%, grietinė 30%)	310	200/20	241,17	Kepta 15-20 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Varškės blynėliai (varškė 9%, pienas 2,5%, miltai a.r., kiaušiniai A kl., rapsų aliejus)	373	155/30	388,10	Kepta 10-15 min
Varškės suflė (virta garuose) (Varškė 9%, grietinė 30%, kiaušiniai A kl., miltai a.r., pienas 2,5%, sviestas 82 %)	376	210/20	273,88	Virta garuose 25-30 min
Lietiniai blynėliai su daržovėmis (miltai a.r., kiaušiniai A kl., pienas 2,5%, cukinija, morkos, svogūnai, grietinė 30%)	20	150/20	331,70	Kepta 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Kepsnys „Astra“ (kepta orkaitėje) (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, fermentinis sūris 40%, miltai a.r., kiaušiniai A kl., razinos, sviestas 82%, rapsų aliejus)	499	100	382,15	Tausojantis 10-15 min
Kukuliai „Buratinas“ (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, batonas, kiaušiniai A kl., miltai a.r., rapsų aliejus)	500	100	357,11	Tausojantis 15-20 min
Virtas vištienos maltinis (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, svogūnai, sviestas 82%, kiaušiniai A kl., miltai a.r., manų kruopos, rapsų aliejus)	509	100	364,17	Tausojantis 15-20 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Mėsos ryžių kukuliai troškinti padaže (atvėsinta kiaulienos kotletinė, batonas, kiaušiniai A kl., miltai a.r., svogūnai, rapsų aliejus)	316	75	192,31	Tausojantis 15-20 min
Natūrali jautiena folijoje (atvėsintas jautienos kumpis, svogūnai, miltai a.r.)	582	75	218,20	Tausojantis 20-25 min
Kepsnys „Tulpė“ (atvėsinta kiaulienos nugarinė, kiaušiniai A kl., miltai a.r., pienas 2,5%)	429	75	241,65	Tausojantis 15-20 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Apkepti žuvies maltiniai (folijoje) (šaldyta jūros lydeka, batonas, penas 2,5%, rapsų aliejus, sviestas 82%)	382	100	258,14	Kepta 15-20 min
Įdaryta žuvis (folijoje) (šaldyta jūros lydeka, batonas, sviestas 82%, kiaušiniai A kl.)	381	100	164,52	Kepta 15-20 min
Natūralus maltos žuvies pjausnys (keptas orkaitėje) (šaldyta jūros lydeka, svogūnai, petražolės, kiaušiniai A kl., rapsų aliejus, sviestas 82%)	383	100	266,40	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Virti ryžiai (ryžiai, sviestas 82%)	Gr002	150	221	Tausojantis 25-30 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 25-30 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 25-30 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 25-30 min
DARŽOVĖS				
Kopūstų salotos su agurkais (kopūstai, agurkai, padažas Nr.12)	S011	120	95	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
2 SAVAITĖ
4 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabrūkšti alergenai	Rp. Nr.	Išeiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Sriuba su jautienos kukulaičiais (atvėsinta jautienos kotletinės mėsa, morkos, svogūnai, alyvuogių aliejus, ryžių kruopos, grietinė 30%)	31	200/12,75/7	118,30	Tausojantis 20-25 min
Ryžių, daržovių sriuba (ryžiai, morkos, svogūnai, alyvuogių aliejus)	12	200	105,24	Tausojantis –augalinis 20-25 min
Daržovių sriuba su konservuotais žaliaisiais žirneliais (bulvės 1r., morkos, svogūnai, kopūstai, grietinė 30%)	11	200/10	124,21	Tausojantis –augalinis 20-25 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Kopūstų pjausnys (miltai a.r., pienas 2,5%, kiaušiniai A kl., alyvuogių aliejus, grietinė 30%)	296	200/20	174,18	Kepta 10-15 min
Burokėlių kotletai su varške (kepta orkaitėje) (manų kruopos, kiaušiniai A kl., razinos, varškė 9%, rapsų aliejus, grietinė 30%)	299	200/20	170,46	Kepta 10-15 min
Žemaitiški didžkukuliai (bulvės 1r.,virta kotletinė mėsa, svogūnai, rapsų aliejus, grietinė 30%)	320	200/20	381,11	Virta 20-25 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Varškės, morkų apkepas (varškė 9%, pienas 2,5 %, kiaušiniai A kl., manų kruopos, grietinė 30%)	375	200/20	321,45	Kepta 30-40 min
Varškės bubeliai su padažu (varškė 9%, miltai a.r., kiaušiniai A kl., grietinė 30%, sviestas 82%)	41	140/20	310,5	Tausojantis 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Kepsnys „Tulpė“ (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, batonas, grietinė 30%, sviestas 82%, svogūnai, miltai a.r., kiaušiniai A kl., rapsų aliejus)	502	100	272,64	Tausojantis 15-20 min
Vištienos filė šiaudeliais (atvėsinta vištienos filė, miltai a.r., kiaušiniai A kl.)	504	75	290,21	Kepta 10-15 min
Suktinukas „Mūsų patiekalas“ (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, kiaušiniai A kl., majonezas 34%, švž. obuoliai, krapai, rapsų aliejus)	506	100	325,18	Tausojantis 15-20 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Kiaulienos šviežios dešrelės (atvėsinta kiaulienos mentė, svogūnai)	481	100	208,45	Tausojantis 15-20 min
Įdarytas kiaulienos suktinukas (atvėsinta kiaulienos nugarinė, cukinija, paprika, svogūnas, miltai a.r., rapsų aliejus)	444	100	230,19	Tausojantis 15-20 min
Natūralūs kumpio gabalėliai (folijoje) (atvėsintas kiaulienos kumpis, rapsų aliejus)	451	75	230,51	Tausojantis 15-20 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Žvejų kepsnys (folijoje) (šaldyta jūros lydeka, morkos, svogūnai, rapsų aliejus, majonezas 34%, fermentinis sūris 40%,)	390	100	301,12	Kepta 15-20 min
Žuvies kaštonai (orkaitėje) (šaldyta jūros lydeka, sviestas 82%, batonas, rapsų aliejus, kiaušiniai A kl., svogūnai)	392	100	273,92	Kepta 15-20 min
Žuvies filė kiaušinio apvalkale (kepta orkaitėje, folijoje) (šaldyta jūros lydeka, kiaušiniai A kl., miltai a.r., rapsų aliejus)	394	100	182,40	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Virtos perlinės kruopos (perlinės kruopos, sviestas 82%)	99	100	111,12	Tausojantis
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis
DARŽOVĖS				
Kopūstų –morkų salotos (kopūstai, morkos, alyvuogių aliejus)	S011	35	23	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr. 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
2 SAVAITĖ
5 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išeiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Agurkų sriuba su kiaulienos kukulaičiais (atvėsinta kiaulienos kotletinės mėsa, perlinės kruopos, rauginti agurkai, bulvės 1r., morkos, svogūnai, alyvuogių aliejus)	34	200/4	140,68	Tausojantis-augalinis 15-20 min
Pertrinta morkų sriuba (bulvės 1r., miltai a.r., kiaušiniai A kl., sviestas 82%)	260	200	170,21	Tausojantis –augalinis 20-30 min
Pieniška bulvinių kukulaičių sriuba (pienas 2,5%, bulvės 1 r., sviestas 82%)	273	250	182,10	Virta 15-20 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Daržovių kotletai su varške (kepta orkaitėje) (kopūstai, morkos, pienas 2,5%, manų kruopos, kiaušiniai A kl., varškė 9%, rapsų aliejus, grietinė 30%)	297	200/20	202,57	Kepta 15-20 min
Troškinti moliūgai (miltai a.r., aliejus rapsų, grietinė 30%)	298	200/20	176,20	Troškinti 15-20 min
Bulviniai rageliai (kepta orkaitėje) (bulvės 1 r., miltai a.r., kiaušiniai A kl., virta šlaunelių mėsa, sviestas 82%, svogūnai, rapsų aliejus, grietinė 30%)	325	200/20	322,71	Kepta 15-20 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Delikatesinis pudingas (varškė 9%, kiaušiniai A kl., bulvės 1 r., manų kruopos, sviestas 82%, bulvių krakmolos, grietinė 30%)	379	200/20	409,37	Kepta 30-40 min
Varškės kukuliai su rugine duona (varškė 9%, kiaušiniai A kl., bulvių krakmolos, sviestas 82%, grietinė 30%)	380	200/20	324,65	Tausojantis 10-15 min
Bulviniai blynai su varške (bulvės 1 r., kiaušiniai A kl., miltai a.r., varškė 9%, rapsų aliejus)	27	150/20	402,07	Kepta 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Maltinukai „Molfija“ (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, sviestas 82%, pomidorų pasta, miltai a.r., kiaušiniai A kl., Aliejus alyv.)	508	100	381,05	Tausojantis 15-20 min
Virtos vištienos vyniotinis (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, batonas, pienas 2,5%, sviestas 82%, svogūnai)	510	100	356,17	Tausojantis 20-25 min.
Kalakutienos troškiny su paprika (atvės. kalakut. Kump., morkos, svogūnai, grietinė 30%, sviestas 82%, miltai a.r., rapsų aliejus)	511	100	391,07	Tausojantis 20-25 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Virta jautiena padaže (atvėsintas jautienos kumpis, svogūnai, sviestas 82%, grietinė 30%, miltai a.r.,)	394	75	282,15	Tausojantis 40-50 min
Kiaulienos vėrinukas (atvėsintas kiaulienos kumpis, paprika, miltai a.r., rapsų aliejus)	403	75	228,18	Tausojantis 15-20 min
Lietuviškas karbonadas (kepta folijoje)(atvėsinta kiaulienos nugarinė, miltai a.r., kiaušiniai A kl., rapsų aliejus)	438	75	235,41	Kepta 10-15 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Kepsnys „Brigantina“ (kepta folijoje) (šaldyta jūros lydeka, svogūnai, sviestas 82%, kiaušiniai A kl., manų kruopos, miltai s.r., rapsų aliejus)	391	100	290,65	Kepta 15-20 min
Žuvies kotletas padaže (šaldyta jūros lydeka, kiaušiniai A kl., miltai a.r., svogūnai., rapsų aliejus)	393	100	288,11	Tausojantis 15-20 min
Žuvies piršteliai krakmolo plakinyje (keta orkaitėje) (šaldyta jūros lydeka, bulvių krakmolos, kiaušiniai A kl., miltai a.r., rapsų aliej.)	401	100	216,27	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Žirnių košė (žirniai, vanduo, sviestas 82%)	106	100	145,50	Tausojantis
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis
DARŽOVĖS				
Kopūstų salotos su paprika (kopūstai, paprikos, padažas Nr.12)	S011	120	95	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr. 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
3 SAVAITĖ
1 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išėiga	Kalorijos	Gamybos būdas, trukmė
SRIUBOS				
Trinta cukinijų sriuba (cukinija, morkos, pakepintos morkos, svogūnai, pakepinti svogūnai, porai, pakepinti porai, sviestas 82%, miltai, vanduo, grietinė 30%)	21	200	144	Tausojantis-augalinis 25-30 min
Ankštinių daržovių sriuba (pupelės, morkos, svogūnai, grietinė 30%)	15	200	121,92	Tausojantis -augalinis 30-40 min
Pieniška perlinių kruopų sriuba (perlinės kruopos, pienas 2,5%)	26	200	160,32	Tausojantis 25-30 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Bulvių dubenėliai su kalakutiena (bulvės 1 rūšies, atvėsintos kalakutienos šlaunelių mėsa)	53	150/30	206,57	Virta 10-15 min
Žemaičių blynai (bulvės 1 r., kiaušiniai, bulvių krakmolos, svogūnai, rapsų aliejus, atvėsinta kiaušienos kotletinės mėsa)	57	150	296,75	Kepta 10-15 min
Bulvių pudingas su varške (bulvės 1 r., varškė 9%, miltai a.r., pienas 2,5%, kiaušiniai, sviestas 82%, sūris fermentinis 40%, grietinė 30%)	54	150/20	239,15	Kepta 30-40 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Makaronai su smulkinta kiaušiena (atvėsinta kiaušienos kotletinė, svogūnai, rapsų aliejus, makaronai)	64	150/60	323,08	Tausojantis 15-20 min
Kepti varškėčiai su grietine (varškė 9%, miltai, kiaušiniai, cukrus, rapsų aliejus, saldus grietinės padažas arba grietinė 30%)	81	200	121,92	Kepta 10-15 min
Lietiniai su varške (miltai, pienas 2,5%, vanduo, kiaušiniai, cukrus, rapsų aliejus, varškė 9%, saldus grietinės padažas arba grietinė 30%)	71	100/50/20	435,98	Kepta 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Vištienos filė kepta orkaitėje (atšaldyta vištienos filė, majonezas 34%)	P001	70	102	Tausojantis 10-15 min
Vištienos kukuliai su pupelėmis ir daržovėmis (morkos, svogūnai alyvuogių aliejus, atvėsintos paukštienos šlaunelės)	P004	70	102	Kepta 20-25 min
Maltas kalakutienos šnicelis (atvėsinta kalakutienos šlaunelių mėsa, pienas 2,5 %, kiaušiniai, pakepinti svogūnai, pakepintos morkos, rapsų aliejus, spelta miltai)	25	80	183,62	Kepta 15-20 min
Kalakutienos šnicelis (atvėsinta kalakutienos mėsa, lašinukai, kiaušiniai, svogūnai, morkos, miltai a.r., rapsų aliejus)	25	80	183,62	Kepta 10-15 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Jautienos liežuvio padaže (miltai a.r., rapsų aliejus, grietinė 30%, sviestas 82%, morkos svogūnai)	72	75/30	151,10	Tausojantis 1 h.
Troškintas sprandinės suktinukas, (atvėsinta kiaušienos sprandinė, miltai a.r., rapsų aliejus)	20	75	382,16	Tausojantis 20-30 min
Užkepti natūralūs kotletai (atvėsinta kiaušienos kotletinė, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, rapsų aliejus, kiaušiniai, fermentinis sūris 40%, majonezas 34%)	29	75	230,75	Kepta 15-20 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Žuvies filė (folijoje) (jūros lydeka, rapsų aliejus, miltai a.r.)	44	75	169,15	Tausojantis 10-15 min
Žuvies filė užkepta sūriu (jūros lydeka, fermentinis sūris 40%, majonezas 34%, miltai a.r.)	45	100	188,91	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Žirnių košė (žirniai, vanduo, sviestas 82%)	106	100	145,50	Tausojantis 20-25 min.
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 20-25 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 20-25 min
DARŽOVĖS				
Kopūstų salotos su paprika (kopūstai, paprikos, padažas Nr.12)	S011	120	95	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr. 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
3 SAVAITĖ
2 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išeiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Daržovių sriuba (kopūstai, žali žirneliai, šaldytos daržovės, bulvės, morkos, pakepintos morkos, svogūnai, pakepinti svogūnai, sviestas 82%, vanduo, grietinė 30%)	010	200	86	Augalinis-tausojantis 20-25 min
Džiovintų vaisių sriuba su razinomis (razinos cukrus, citrina, vanduo, makaronai, virti makaronai, grietinė 30%)	31	200	122,25	Augalinis-tausojantis 15-20 min
Pieniška perlinių kruopų sriuba (pienas 2,5%, vanduo, perlinės kruopos, morkos, pakepintos morkos, sviestas 82 %, cukrus.)	26	200	160,32	Tausojantis 30-40 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Bulviniai piršteliai su varške (bulvės, krakmolas, kiaušiniai, sviesto- grietinės padažas arba grietinės padažas)	46	200	313,85	Kepta 10-15 min
Užkeptos daržovės (bulvės 1 r., žali žirneliai, pomidorai, fermentinis sūris 40%, morkos, kiaušiniai, pienas 2,5%, majonezas 34%, rapsų aliejus,	51	150	222,37	Tausojantis –augalinis 10-15 min
Bulviniai blynai su salierais ir saulėgražomis (bulvės, kiaušiniai, rapsų aliejus, salierai, saulėgražos, grietinė 30%)	38	150	290,18	Kepta 10-15 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Makaronai su vištiena (makaronai, aliejus rapsų, sūris fermentinis 40%, miltai a.r.)	64	150/50/50/10	347,64	Tausojantis 15-20 min
Varškės ir ryžių apkepas (varškė 9%, ryžiai, manų kruopos, cukrus, pienas 2,5%, kiaušiniai, sviestas 82%, grietinė 30%)	V012	230	394	Kepta 30-40 min
Virti varškėčiai (varškė 9%, miltai, kiaušiniai, cukrus, sviesto grietinės padažas, grietinės padažas)	80	200	439,40	Virta – tausojantis 15-20 min
Lietiniai su mėsa (pienas 2,5%, miltai a.r., aliejus rapsų, kiaušiniai, atvėsinta kiaulienos kotletinė, grietinė 30%)	74	100/50/20	454,86	Kepta 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Kalakutienos kepsnys užkeptas žaliaisiais žirneliais (atvėsinta vištienos filė, miltai a.r., morkos, svogūnai, majonezas 34%, fermentinis sūris 40%, rapsų aliejus)	33	75	235,60	Kepta 20-25 min
Pūkučiai (kepti orkaitėje) (Atvėsinta šlaunelių mėsa, batonas, svogūnai, kiaušiniai, aliejus rapsų)	26	80	217,71	Tausojantis 20-25 min
Troškiny (atvėsinta šlaunelių mėsa, svogūnai, rapsų aliejus, miltai a.r.)	P008	56/44	192	Tausojantis 30-35 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Troškinti jautienos kukuliai (atvėsinta kiaulienos kotletinė, batonas, svogūnai, miltai a.r., aliejus rapsų)	133	85	243,18	Tausojantis 40-60 min
Kotletas „Tauro ragas“ įdarytas su jautiena, keptas orkaitėje (atvėsinta kiaulienos kotletinė, atvėsinta jautienos kotletinė, svogūnai, morkos, rapsų aliejus)	24	75	230,75	Tausojantis 20-25 min
Troškinta kiauliena pomidorų padaže-grietinės padaže (atvėsinta kiaulienos kotletinė, svogūnai, morkos, miltai a.r., pomidorų pasta, grietinė 30%)	1	75/45	256,87	Tausojantis 30-40 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Jūros lydeka su morkomis folijoje (šaldyta jūros lydeka, morkos, svogūnai, rapsų aliejus, miltai a.r.)	51	75/15	178,10	Tausojantis 15-20 min
Žuvies šnicelis (jūros lydeka, kiaušiniai, batonas, miltai a.r., aliejus rapsų)	45	75	194,41	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Perlinių kruopų košė	99	100	11,72	Tausojantis 20-25 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 20-25 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 20-25 min
DARŽOVĖS				
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
3 SAVAITĖ
3 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išeiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (ryžių kruopos, morkos, bulvės, svogūnai, rapsų aliejus, vanduo)	13	200	96,00	Augalinis-tausojantis 20-25 min
Šviežių kopūstų sriuba (kopūstai, morkos, svogūnai, natūralus pomidorų padažas, rapsų aliejus, vanduo, grietinė 30%)	5	200	76,41	Augalinis-tausojantis 25-30 min
Pieniška grikių kruopų sriuba (pienas 2,5%, vanduo, grikių kruopos, morkos, pakepintos morkos, sviestas 82 %, cukrus,)	26	200	175,96	Tausojantis 25-30 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške (bulvės, bulvių krakmolos, kepinti svogūnai, miltai, kiaušiniai, varškė 9%, rapsų aliejus, sviesto-grietinės padažas)	37	200	301,32	Virta 25-30 min
Balandėliai su mėsa (kiaulienos kotletinė, kopūstai, ryžiai, svogūnai, morkos, rapsų aliejus, kiaušiniai, sviesto-grietinės padažas)	63	150/20	322,57	Tausojantis 30-40 min
Bulvių kotletai (bulvės 1r., kiaušiniai, bulvių krakmolos, aliejus rapsų, grietinė 30%)	47	150/20	334,06	Kepta 10-15 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Virti makaronai su žuvimi (jūros lydeka, rapsų aliejus, miltai a.r., fermentinis sūris 40%,)	64	150/50/10	223,35	Tausojantis 15-20 min
Varškės pudingas (varškė 9%, manų kruopos, cukrus, pienas 2,5%, kiaušiniai, sviestas 82%, grietinė 30%, vanilinis cukrus, razinos, saldus grietinės padažas)	85	150	336,78	Kepta 10-15 min
Lietiniai su varške (miltai, pienas 2,5%, vanduo, kiaušiniai, cukrus, rapsų aliejus, varškė 9%, saldus grietinės padažas arba grietinė 30%)	71	180	435,98	Kepta 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Suktinukas su smulkinta mėsa (atvėsintos paukštienos šlaunelės, morkos, svogūnai, kiaušiniai, miltai a.r.)	39	75	238,91	Kepta 20-25 min
Ryžių kalakutienos troškiny (atvėsinta kalakutienos mėsa, morkos, svogūnai, aliejus rapsų,	3A	37,5/120	287,80	Tausojantis 25-30 min
Šnicelis (atvėsintų šlaunelių mėsa, kiaušiniai, svogūnai, miltai a.r., rapsų aliejus)	36	75	277,40	Kepta 15-20 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Jautienos Bėfstrogenas (atvėsintas jautienos kumpis, rapsų aliejus, svogūnai, miltai a.r., grietinė 30%, pomidorų pasta)	7	75/45	304,52	Kepta 50-60 min
Kiaulienos nugarinės kepsnys (atvėsinta nugarinė, miltai a.r., rapsų aliejus)	30	75	192,37	Kepta 10-15 min
Kiaulienos kotletai (su batonu) (atvėsinta kiaulienos kotletinė, batonas, arba manų kruopos, vanduo, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, rapsų aliejus, kiaušiniai, sviesto-grietinės padažas, arba grietinės- pomidorų padažas)	31	75	224,52	Tausojantis 20-25 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Žuvies kotletas (jūros lydeka, svogūnai, batonas, morkos, alyvuogių aliejus)	Z011	100	198	Kepta
Žuvies suktinukas – folijoje (Jūros lydeka, kepti svogūnai ir morkos, sviestas 82%, miltai a.r.)	49	100	185,10	Tausojantis 15-20 min
GARNYRAI				
Kuskuso kruopų košė (sviestas 82 %, morkos, cukinija)	Kr005	120	190	Tausojantis 20-25 min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 20-25 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Bulvių košė su ciberžole ir krapais (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%, ciberžolė, krapai)	Gr012	150	150	Tausojantis 20-25 min
DARŽOVĖS				
Kopūstų salotos su paprika (kopūstai, paprikos, padažas Nr.12)	S011	120	95	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
3 SAVAITĖ
4 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išėiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Trinta burokėlių sriuba (burokėliai virti, marinuoti, bulvės, morkos, svogūnai, natūralus pomidorų padažas, rapsų aliejus, cukrus, miltai a.r. , vanduo, grietinė 30%)	1	200	100	Tausojantis-augalinis 20-25 min
Žuvies sriuba (bulvės, perlinės kruopos, morkos, pakepintos morkos, svogūnai, pakepinti svogūnai, natūralus pomidorų padažas, rapsų aliejus, atvėsinta žuvies filė , vanduo)	18	200	130,26	Augalinis-tausojantis 20-25 min
Pieniška makaronų sriuba (pienas 2,5%, sviestas 82%, morkos)	26	200	160,32	Tausojantis 15-20 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Bulvių plokštainis (bulvės, rapsų aliejus, svogūnai, pienas 2,5%)	48	200	473,54	Kepta 30-40 min
Daržovių troškiny su pienoškėmis dešrelėmis a.r. (bulvės 1r., morkos, svogūnai, pienoškos dešrelės a.r., rapsų aliejus)	56	150	295,85	Tausojantis 30-40 min
Virtų bulvių cepelinai su varške (bulvės 1r., bulvių krakmolos, atvėsinta kiaulienos kotletinės mėsa, svogūnai, rapsų aliejus, grietinė 30%)	36	200	366,34	Tausojantis 15-20 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Virti koldūnai (miltai a.r., kiaušiniai, atvėsinta kiaulienos kotletinės mėsa, grietinė 30%)	81	200/30	474,22	Tausojantis 15-20 min
Makaronai su vištiena (makaronai, aliejus rapsų, sūris fermentinis 40% , miltai a.r.)	65	180/20	343,83	Tausojantis
Sklindžiai (miltai, vanduo arba pienas 2,5% , geriamoji soda, kiaušiniai , cukrus, rapsų aliejus, uogienė arba grietinė 30%)	73	150/20	458,44	Kepta 15-20 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Vištienos maltinukas (keptas folijoje) (atvėsinta vištienos filė, miltai a.r. , rapsų aliejus)	P017	70	137	Tausojantis 20-25 min
Vištienos kepsnys užkeptas daržovėmis (atvėsinta vištienos filė, miltai a.r., morkos, svogūnai, fermentinis sūris 40%, alyvuogių aliejus)	33	75	235,60	Kepta 10-15 min
Kalakutienos šašlykas (folijoje) (atvėsinta kalakutienos filė, majonezas 34% , pomidorų padažas , rapsų aliejus)	37	75/20	231,48	Tausojantis 20-30 min
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Kepsnys „Berželis“ (atvėsinta kiaulienos kotletinė, vanduo, kmynai, svogūnai, pakepinti svogūnai, rapsų aliejus, kiaušiniai , speltų miltai , sviesto- grietinės padažas arba sviestas 82%)	11	80	216,12	Kepta 15-20 min
Kiaulienos kepsnys (atvėsinta kiaulienos nugarinė, kiaušiniai , majonezas 34% , speltų miltai , rapsų aliejus, sviesto – grietinės padažas arba sviestas 82%)	7	80	237,23	Kepta 10-15 min
Maltas bifšteksas- troškintas folijoje (atvėsinta kiaulienos kotletinės mėsa, kiaušiniai , miltai a.r. , rapsų aliejus)	27	75	306,17	Tausojantis 20-30 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Kepta jūros lydeka (atšaldyta jūros lydeka , miltai a.r. , rapsų aliejus)	41	75	154,67	Kepta 15-20 min
Troškinta jūros lydeka padaže (atšaldyta jūros lydeka , miltai a.r. , grietinė 30% , sviestas 82%)	49	75/20	187,12	Tausojantis 15-20 min
GARNYRAI				
Ryžių košė (ryžiai, vanduo, sviestas 82%)	98	100	120,31	Tausojantis 20-25min
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 20-25 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Virtos bulvės (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5% , sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 20-25 min
DARŽOVĖS				
Žiedinių kopūstų salotos (žiediniai kopūstai, pomidorai, paprika, sėmenų aliejus)	S003	110	60	Augalinis
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr. 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž. Agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis

VALGIARAŠTIS
3 SAVAITĖ
5 DIENA

Patiekalo pavadinimas Sudedamosios dalys, geltonai pabraukti alergenai	Rp. Nr.	Išeiga	Kalorijos	Gamybos būdas
SRIUBOS				
Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis (Pupelės arba žirniai, žali žirneliai, bulvės, morkos, pakepintos morkos, svogūnai, pakepinti svogūnai, rapsų aliejus, vanduo)	15	200	88,32	Augalinis-tausojantis 20-30 min
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (perlinės kruopos, bulvės a.r., svogūnai, morkos, rapsų aliejus)	13	200	95,84	Tausojantis –augalinis 20-30 min
Pieniška daržovių sriuba (pienas 2,5%, vanduo, kopūstai, bulvės, žali žirneliai, morkos, pakepintos morkos, sviestas 82%)	25	200	140,32	Tausojantis 20-30 min
BULVIŲ IR DARŽOVIŲ PATIEKALAI				
Bulviniai blynai (bulvės, kiaušiniai, rapsų aliejus, grietinė 30%)	38	150	290,18	Kepta 10-15 min
Troškintos daržovės asorti (daržovių asorti, sviestas 82%, miltai a.r., grietinė 30%,)	60	200	162,84	Tausojantis 10-15 min
Tarkainiai (bulvės a.r., varškė 9%, kiaušiniai, sviestas 82%, grietinė 30%)	39	150/20	426,67	Troškinta 15-20 min
MAKARONŲ IR MILTŲ PATIEKALAI				
Makaronai su sūriu (Makaronai, fermentinis sūris 40%, sviestas 82%, natūralus pomidorų padažas, arba grietinės padažas)	66	200	416,50	Tausojantis 15-20 min
Varškės spygliukai (varškė 9%, manų kruopos, cukrus, kiaušiniai, bulvių krakmolos, grietinė 30%, saldus grietinės padažas)	88	150/20	348,23	Virta -tausojantis 15-20 min
Virtinukai su varške (miltai a.r., kiaušiniai, pienas 2,5% arba vanduo, miltai a.r., varškė 9%, sviesto grietinės padažas)	78	200	407,87	Virta – tausojantis 10-15 min
VIŠTIENOS PATIEKALAI				
Kepsnys su persikais (atvėsinta vištienos šlaunelių mėsa, fermentinis sūris 40%, majonezas 34%, miltai a.r., rapsų aliejus, persikai)	30	100	252,34	Kepta 10-15 min
Mėsos – daržovių troškiny su kalakutienu (atvėsintų kalakutienos šlaunelių mėsa, rapsų aliejus, bulvės, svogūnai, pakepinti svogūnai, morkos, pakepintos morkos, natūralus pomidorų padažas, miltai a.r.)	2	75/75	236,60	Troškinta 25-30 min
Kukuliai „Buratinas“ (atvėsinta paukštienos filė, batonas, grietinė 35%, faršo masė, džiovinti abrikosai, virti abrikosai, rapsų aliejus)	27	80/20	274,04	Tausojantis 15-20 min.
KIAULIENOS IR JAUTIENOS PATIEKALAI				
Kiaulienos sprandinės kepinukai (majonezas 34%, bulvių krakmolos, kiaušiniai, aliejus rapsų, atvėsinta kiaulienos sprandinė)	19	75	333,08	Kepta 10-15 min
Įdarytas kepsnys su sūriu (atvėsinta kiaulienos kotletinė, fermentinis sūris 40%, miltai a.r., svogūnai, rapsų aliejus, sviestas 82%)	16	75/7,5	367,31	Kepta 15-20 min
Kiaulienos maltinis (atvėsinta kiaulienos kotletinė, svogūnai, batonas, rapsų aliejus, miltai a.r.)	K003	80	169	Tausojantis 15-20 min
ŽUVIES PATIEKLAI				
Žuvies filė sviesto – grietinės padaže (jūros lydeka, miltai a.r., rapsų aliejus, sviestas 82%, grietinė 30%)	49	85/20	187,12	Troškinta 10-15 min
Kepinukai (jūros lydeka, bulvių krakmolos, majonezas 34%, kiaušiniai, rapsų aliejus)	43	75	206,66	Kepta 10-15 min
GARNYRAI				
Grikių kruopų košė (grikių kruopos, vanduo, sviestas 82%)	100	100	165,78	Tausojantis 20-25 min
Kvietinių kruopų košė (kvietinės kruopos, vanduo, sviestas 82%)	107	100	83,43	Tausojantis 20-25 min
Virtos bulvė (Bulvės, vanduo)	1	100	83,43	Tausojanti 20-25 min
Bulvių košė (Bulvės, vanduo, pienas 2,5%, sviestas 82%)	4	100	80,60	Tausojantis 20-25 min
DARŽOVĖS				
Morkų salotos (Morkos, aliejaus padažas Nr.12)	11	100	155	Augalinis
Kopūstų salotos (Kopūstai, aliejaus padažas Nr. 12)	1	100	107,28	Augalinis
Burokėlių salotos (burokėliai, aliejaus padažas Nr 12)	16	100	169,67	Augalinis
Švž agurkai	43	100	11,00	Augalinis
Marinuoti agurkai	45	100	16,00	Augalinis
Švž. pomidorai	44	100	17,00	Augalinis