

Tvirtina

TVIRTINU  
Mokyklės direktorė  
*[Signature]*  
Diana Šlepkovaitė  
2019 m. 08 27 d.  
įsakymo Nr. V-81

Vilniaus Šeškinės pradinės mokyklos  
Direktorė

UAB „Danviga“

VILNIAUS ŠEŠKINĖS PRADINĖ MOKYKLA  
6-10 metų amžiaus moksleivių trijų savaičių  
VALGIARAŠTIS

UAB „Danviga“ direktorė

Danutė Meduneckienė

Sunumeruota 15 puslapių

Tvirtina mokyklos direktorė

TVIRTINU  
Mokyklos direktorė  
Elena Stepauskaitė  
2024 m.  
išakymo Nr. 1-81

UAB „Danviga“

1 Savaitė Pirmadienis  
6-10 metų amžiaus vaikams

PIETŪS-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                                                                 | Rp.Nr.          | Išeiga            | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------|----------------|----------------|-----------------------|---------------------------|
| Daržovių ir viso grūdo<br>makaronų sriuba<br>(Augalinis, Tausojantis)                                                | 1-3/38AT        | 150               | 3,73           | 5.10           | 20.73                 | 143.79                    |
| Ryžių plovas su<br>vištienos filė<br>(Tausojantis)                                                                   | 10-<br>5/111T 4 | 180<br>72/10<br>8 | 23.15          | 10.47          | 28.94                 | 302.63                    |
|                                                                                                                      |                 |                   |                |                |                       |                           |
| Sezoninės daržovės<br>(rauginti,marinuoti<br>agurkai,)švieži<br>agurkai,paprikos,mork<br>os,pomidorai<br>(Augalinis, | 18/25 3         | 70                | 0.28           | 0.28           | 9.10                  | 40.04                     |
| Vaisiai sezoniniai                                                                                                   | 18/20 1         | 60                | 0.24           | 0.24           | 7,80                  | 34.32                     |
| Viso                                                                                                                 |                 |                   | 27.40          | 16,09          | 66.57                 | 520.78                    |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
Asta četrauskienė

UAB „Danviga“

Tvirtina mokyklos direktorė

6-10 metų amžiaus vaikams

1 savaitė Antradienis

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                                                | Rp.Nr.        | Išeiga | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė, kcal |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------|----------------|----------------|-----------------------|---------------------------|
| Pomidorinė sriuba su<br>ryžiais(Augalinis<br>Tausojantis)                                           | 1-3/33AT      | 150    | 1.15           | 3.7            | 14.72                 | 95.18                     |
| Grietinė 30 /                                                                                       | Nr-17         | 10     | 0,24           | 3.0            | 0.31                  | 29.30                     |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                  | 18/20 5       | 100    | 0.40           | 0,40           | 13.0                  | 57.20                     |
| Orkaitėje keptas<br>kiaulienos kukulis su<br>avižų sėlenomis ir<br>tarkuotu obuoliu<br>Tausojantis) | 11-<br>8/160T | 70     | 13.48          | 4.89           | 4.00                  | 113.98                    |
| Virti kietagrūdžiai<br>makaronai su tyru<br>alyvuogių aliejumi<br>Tausojantis)                      | 6-3/61T.      | 50     | 2.31           | 0.99           | 12.28                 | 83.62                     |
| Šviežių daržovių<br>salotos su<br>saulėgrąžomis ,aliejaus<br>padažu (augalinis)                     | Nr-8          | 70     | 2.28           | 10.15          | 6.73                  | 121.72                    |
| Ruginė duona                                                                                        | N-1           | 30     | 1.13           | 0.23           | 6.42                  | 64.58                     |
| Vanduo                                                                                              |               |        |                |                |                       |                           |
| Viso                                                                                                |               |        | 19.86          | 23.13          | 57.46                 | 508.01                    |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė

Tvirtina mokyklos direktorė

UAB „Danviga“  
1 savaitė Trečiadienis  
6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                  | Rp.Nr.   | Išėiga | Baltym<br>ai, g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetin<br>ė vertė,<br>kcal |
|-----------------------------------------------------------------------|----------|--------|-----------------|----------------|-----------------------|-------------------------------|
| Šviežių kopūstų<br>sriuba(Augalinis,<br>Tausojantis)                  | 1-3/41AT | 150    | 1.91            | 4.75           | 11.38                 | 95.88                         |
| Grietinė 30/ rieš.                                                    | Nr-7     | 10     | 0.24            | 3.0            | 0.31                  | 29.30                         |
| Maltas kiaulienos<br>kepsnys (Tausojantis)                            | Nr-15 T  | 75     | 16.25           | 11.24          | 8.20                  | 197.22                        |
| Birios grikių<br>kruopos(augalinis,taus<br>ojantis)                   | Nr-7T    | 50     | 3.07            | 2.76           | 16.78                 | 102.33                        |
| Morkų-obuolių ir porų<br>salotos su aliejaus<br>padažu<br>[Augalinis] | 14-A     | 50     | 0.45            | 4.82           | 4.88                  | 60.39                         |
| Vanduo                                                                | 17-102   |        |                 |                |                       |                               |
| Vaisiai sezoniniai                                                    | 18/20 1  | 60     | 0,24            | 0.24           | 7.80                  | 34.32                         |
| Viso                                                                  |          |        | 22.16           | 26.81          | 49.35                 | 519.44                        |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė

UAB „Danviga“  
1 savaitė ketvirtadienis

Tvirtina mokyklos direktorė

6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                             | Rp.Nr.     | Išeiga | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | Energetinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------|--------|-------------|-------------|--------------------|------------------------|
| Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis, cukinija (Augalinis, Tausojantis)          | 1-3/35 A.T | 150    | 4.89        | 4.18        | 19.67              | 135.87                 |
| Kaimiški blynai (varškė 9/su grietine 30/                                        | Nr-7       | 100/20 | 13.58       | 17.43       | 20.06              | 290.10                 |
| Sezoninės daržovės (agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (Augalinis, | 18/25 3 A  | 70     | 0.28        | 0.28        | 9.10               | 40.04                  |
| Vaisiai sezoniniai                                                               | 18/20 1    | 60     | 0.24        | 0.24        | 7.80               | 34.32                  |
| Vanduo                                                                           |            |        |             |             |                    |                        |
| Viso                                                                             |            |        | 18.99       | 22.13       | 56.63              | 500.33                 |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė



UAB „Danviga“  
1.savaitė Penktadienis  
6-10 metų amžiaus vaikams

Tvirtina mokyklos direktorė

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                       | Rp.Nr.        | Išeiga | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė,<br>kcal |
|----------------------------------------------------------------------------|---------------|--------|----------------|----------------|-----------------------|------------------------------|
| Pieniškė 2.5/ miežinių<br>kruopų sriuba su<br>sviestu 82/<br>(Tausojantis) | 1-3/32T.      | 150    | 3.54           | 4.46           | 10.69                 | 97.04                        |
| Menkės kukulis keptas<br>garuose (Tausojantis)                             | 9-7/141<br>T, | 80     | 12.42          | 5.55           | 4.04                  | 115,75                       |
| Biri perlinių kruopų<br>košė[augalinis,tausojan<br>tis]                    | Nr-5 T.       | 50     | 3.04           | 2.40           | 16.65                 | 98.64                        |
| Šviežių kopūstų,morkų<br>salotos su aliejaus<br>padažu (Augalinis,         | 2-1/19A       | 70     | 1.14           | 9.71           | 4.38                  | 76.65                        |
| Ruginė duona                                                               | N-1           | 30     | 1.13           | 0.23           | 6.42                  | 64.58                        |
| Vasiai sezoniniai                                                          | 18/20 5       | 100    | 0.40           | 0,40           | 13.0                  | 57.20                        |
| Viso                                                                       |               |        | 21.67          | 22.75          | 55.28                 | 519.86                       |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė

UAB „Danviga“

Tvirtina mokyklos direktorė

2 savaitė pirmadienis

6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                     | Rp.Nr.        | Išeiga | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė,<br>kcal |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------|--------|----------------|----------------|-----------------------|------------------------------|
| Pupelių sriuba su<br>bulvėmis(Augalinis .<br>Tausojantis)                | Nr-17A.T      | 150    | 3.64           | 3.30           | 14.61                 | 93.57                        |
| Troškintas vištienos<br>filė kukulis<br>(Tausojantis)                    | Nr.-35 T      | 75     | 19.07          | 4.58           | 3.05                  | 126.73                       |
| Biri grikių kruopų košė<br>(Auglains, Tausojantis)                       | Nr-52<br>A.T  | 50     | 2.87           | 1.96           | 15.94                 | 90.25                        |
| Virtų burokėlių salotos<br>su obuoliais ir aliejaus<br>padažu(Augalinis) | 2-3/63 A<br>2 | 70     | 0.56           | 6.84           | 7.05                  | 92.49                        |
| Ruginė duona                                                             | Nr-1          | 30     | 1.13           | 0.23           | 6.42                  | 64.58                        |
| Vaisiai                                                                  |               | 60     | 0,24           | 0,24           | 7.80                  | 34.32                        |
| Viso                                                                     |               |        | 27.63          | 17.15          | 54.87                 | 501.94                       |

Parengė' Danutė Meduneckienė  
Asta četrauskienė

TVIRTINTI  
Mokyklės direktorė  
2024 m. 08 mėn. 24 d.  
Sąlykų Nr. V-91

UAB „Danviga“

Tvirtina mokyklos direktorė

2 savaitė antradienis  
6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                                            | Rp.Nr.   | Išeiga | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė,<br>kcal |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------|----------------|----------------|-----------------------|------------------------------|
| Burokėlių pupelių<br>sriuba su bulvėmis<br>,kopūstais ir<br>morkomis(Augalinis,<br>Tausojantis) | 1-3/34AT | 150    | 4.33           | 1.86           | 18.60                 | 108.43                       |
| Jautienos su kiauliena<br>maltinis[Tausojantis]                                                 | N-16 T.  | 75     | 15.24          | 10.07          | 8.81                  | 184.30                       |
| Kopūstų salotos su<br>obuoliais (Augalinis)                                                     | N-3 A    | 50     | 0.93           | 9.65           | 8.61                  | 58.98                        |
| Biri perlinių kruopų<br>košėTausojantis)                                                        | N-6 A.   | 70     | 2.32           | 3.23           | 17.58                 | 109.38                       |
| Vanduo                                                                                          |          |        |                |                |                       |                              |
| Vaisis                                                                                          | 18/20    | 100    | 0.40           | 0.40           | 13.0                  | 57.20                        |
| Viso                                                                                            |          |        | 22.91          | 20.54          | 62.32                 | 520.93                       |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
Asta četrauskienė



TVIRTINTI  
Mokyklų švietimo  
inspektorius  
2024 m. 08 27  
Vilnius

UAB „Danviga“

Tvirtina mokyklos direktorė

2 savaitė trečiadienis  
6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                | Rp.Nr.       | Išeiga | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė,<br>kcal |
|---------------------------------------------------------------------|--------------|--------|----------------|----------------|-----------------------|------------------------------|
| Špinatų sriuba su<br>bulvėmis (augalinis,<br>tausojantis), grietinė | Nr-11<br>A.T | 150/6  | 2.45           | 5.69           | 9.87                  | 97.30                        |
| Kepti<br>varškėčiai (varškė 9/)                                     | Nr-84        | 100    | 17.17          | 10.71          | 16.57                 | 229.60                       |
| Grietinė 30/                                                        | Nr-17        | 30     | 0.72           | 9.0            | 0.93                  | 87.90                        |
| Morkytės (Augalinis)                                                |              | 100    | 1.5            | 3.0            | 13.1                  | 46.5                         |
| Vaisis                                                              | 2-1/10       | 100    | 0,40           | 0.40           | 13.0                  | 57.20                        |
| Vanduo                                                              |              |        |                |                |                       |                              |
| Viso                                                                |              |        | 22.24          | 28.80          | 53.47                 | 518.50                       |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė

UAB „Danviga“

Tvirtina mokyklos direktorė

2 savaitė Ketvirtadienis  
6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val. -

| Patiekalo pavadinimas                                                          | Rp.Nr.        | Išėiga       | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė,<br>kcal |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|----------------|----------------|-----------------------|------------------------------|
| Pieniška ryžių kruopų<br>sriuba Tausojantis)                                   | Nr-26.T       | 150          | 3.27           | 4.54           | 11.14                 | 96.51                        |
| Orkaitėje kepti vištos<br>šlaunelių kepsneliai su<br>morkomis[Tausojantis]     | 10-<br>8/116T | 100<br>49/51 | 11.88          | 12.30          | 4.44                  | 175.96                       |
| Obuolių morkų salotos<br>su žirneliais su<br>alyvuogių aliejumi<br>[Augalinis] | Nr-52 A.      | 50           | 0.87           | 3.08           | 3.68                  | 55.86                        |
| Virti kietagrūdžiai<br>makaronai T ausojantis                                  | Nr-8          | 50           | 2.09           | 2.06           | 14,55                 | 86.78                        |
| Vaisis                                                                         | 18/20 10      | 145          | 0,58           | 0,58           | 18.85                 | 82.94                        |
| Vanduo                                                                         |               |              |                |                |                       |                              |
| Viso                                                                           |               |              | 18.69          | 22.56          | 52.80                 | 502.06                       |

Parengė;Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė

UAB „Danviga“

Tvirtina mokyklos direktorė

2 savaitė penktadienis  
 6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                         | Rp.Nr.   | Išeiga | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė,<br>kcal |
|------------------------------------------------------------------------------|----------|--------|----------------|----------------|-----------------------|------------------------------|
| Tiršta žirnių<br>sriuba(Augalinis,<br>Tausojantis)                           | 1-3/30AT | 150    | 4.23           | 3.33           | 18.47                 | 120.74                       |
| Maltos žuvies(jūros<br>lydekos) kepsnys<br>keptas orkaitėje<br>[Tausojantis] | Nr-42    | 75     | 15.4           | 8,21           | 8,19                  | 174,05                       |
| Virti ryžiai<br>(Augalinis(Tausojantis)                                      | Nr-5 A.T | 50     | 1.67           | 2.08           | 14.42                 | 85.30                        |
| Daržovių asorti(žirneliai<br>agurkas,alyvuogės)<br>(Augalinis)               | 2-1/11A  | 70     | 1.05           | 4.95           | 4.36                  | 71,17                        |
|                                                                              |          |        |                |                |                       |                              |
| Vaisis                                                                       | 18/20 7  | 120    | 0,48           | 0.48           | 15.60                 | 68.64                        |
| Vanduo                                                                       | 17-102   | 200    | 00             |                |                       | 00                           |
| Viso                                                                         |          |        | 22.53          | 17.64          | 59.79                 | 500.57                       |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
 Asta Četrauskienė


  
 Tvirtina mokyklos direktorė

UAB „Danviga“  
 3 savaitė pirmadienis

Tvirtina mokyklos direktorė

6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo pavadinimas                                          | Rp.Nr.      | Išėiga | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | Energetinė vertė, kcal |
|----------------------------------------------------------------|-------------|--------|-------------|-------------|--------------------|------------------------|
| Pieniška 2.5 / kietagrūdžių makaronų sriuba Tausojantis)       | N-27.T.     | 150    | 4.37        | 4.74        | 10.66              | 105.12                 |
| Troškinta paukštiena(šlaunelių mėsa)[Tausojantis]              | N-29 T      | 50/20  | 12.61       | 11.11       | 3.24               | 160.83                 |
| Morkų-obuolių salierų salotos su alyvuogių aliejumi(augalinis) | 2-1/21 A -2 | 70     | 1,59        | 6.95        | 6.78               | 96.15                  |
| Ruginė duona                                                   | n-1         | 30     | 1.13        | 0.23        | 6.42               | 64.58                  |
| Birios grikių kruopos(Augalinis Tausojantis)                   | 3-3/12 A.T  | 50     | 1.21        | 1.02        | 12.36              | 102.65                 |
| Vaisis                                                         | 18/20 5     | 100    | 0.40        | 0.40        | 13.0               | 57.20                  |
| VISO                                                           |             |        | 20.18       | 24.22       | 46.04              | 521.95                 |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
 Asta Četrauskienė

Tvirtina  
 24 08 24  
 Išrašymo Nr. 131

UAB „Danviga“

Tvirtina mokyklos direktorė

3 savaitė antradienis  
 6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                                                     | Rp.Nr.          | Išeiga | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė,<br>kcal |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------|----------------|----------------|-----------------------|------------------------------|
| Tiršta agurkinė sriuba<br>su bulvėmis ,morkomis<br>ir perlinėmis<br>kruopomis[Augalinis,<br>Tausojantis] | 1-3/25<br>A.T 1 | 150    | 3.01           | 4.95           | 24.20                 | 153.42                       |
| Vištienos filė troškinta<br>su ryžiais,morkomis<br>[Tausojantis]                                         | 10-<br>5/101A.  | 160    | 19.67          | 7.58           | 19.33                 | 224.24                       |
| Daržovių asorti<br>(žirneliai,alyvuogės,ma<br>r.agurkai)                                                 | 2-1/11 A.       | 70     | 2.11           | 2.45           | 6.14                  | 55.03                        |
|                                                                                                          |                 |        |                |                |                       |                              |
| Vaisis                                                                                                   | 18/20 1         | 100    | 0.40           | 0.40           | 13.0                  | 57.20                        |
| ,Vanduo                                                                                                  | 17-101          |        |                |                |                       | 00                           |
| Viso                                                                                                     |                 |        | 25.19          | 15.38          | 62.67                 | 501.89                       |

Parengė; Danutė Meduneckienė  
 Asta Četrauskienė

12.




  
 2019 m. 08 24 d.  
 Išrašo Nr. V-21

UAB „Danviga“

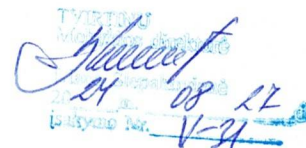
Tvirtina mokyklos direktorė

3 savaitė trečiadienis  
7-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                    | Rp.Nr.     | Išeiga      | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | Energetinė vertė, kcal |
|-----------------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------------|------------------------|
| Burokėlių sriuba(Augalinis, Tausojantis | 1-3/39 A.T | 150         | 1.43        | 3.14        | 10.68              | 76.72                  |
| Grietinė 30 /                           | Nr-17      | 10          | 0.24        | 3.0         | 0.31               | 29.30                  |
| Bulvių plokštainis su varške()          | Nr-44      | 112.5 /37.5 |             |             |                    |                        |
|                                         |            | 150         | 11.3        | 9.67        | 25.73              | 233.21                 |
| Varškė su kefyru                        | 15- /1/2   | 50          | 5.49        | 2.90        | 1.34               | 53.39                  |
| Vaisis                                  | 18/20 5    | 100         | 0.40        | 0,40        | 13.0               | 57.20                  |
| Traškios morkytės                       | 18/21 2    | 80          | 1.10        | 0.22        | 9.57               | 32.48                  |
| Viso                                    |            |             | 19.96       | 19033       | 65.62              | 504.96                 |

Parengė ; Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė


  
 24 08 22
   
 V-24

UAB „Danviga“

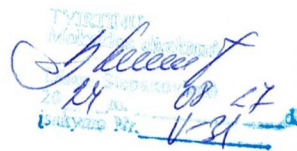
Tvirtina mokyklos direktorė

3 savaitė ketvirtadienis  
6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                           | Rp.Nr.         | Išeiga       | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė, kcal |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------|----------------|----------------|-----------------------|---------------------------|
| Rūgštinių sriuba su<br>bulvėmis(Tausojantis,A<br>ugalinis)                     | N-10A.T.       | 150/6        | 2.19           | 5.76           | 10.21                 | 97.66                     |
| Ruginė duona                                                                   | N-1            | 20           | 0.75           | 0.15           | 4.28                  | 43.05                     |
| Kietagrūdžiai<br>makaronai su malta<br>kiauliena (Tausojantis]                 | 11-5/101<br>T. | 160<br>80/80 | 13.89          | 3.08           | 33.74                 | 218.22                    |
|                                                                                |                |              |                |                |                       |                           |
| Vaisis                                                                         | 18/20 5        | 100          | 0.40           | 0.40           | 13.0                  | 57.20                     |
| Šviežių daržovių<br>salotos su<br>saulėgrąžomis,aliejaus<br>padažu (Augalinis) | N-8            | 50           | 1.63           | 7.25           | 4.81                  | 86.94                     |
| Vanduo                                                                         | 17-102         |              |                |                |                       | 00                        |
| Viso                                                                           |                |              | 20.78          | 23.67          | 72.06                 | 503.07                    |

Parengė ; Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė


  
 2014.08.27

UAB „Danviga“

Tvirtina mokyklos direktorė

3 savaitė penktadienis  
6-10 metų amžiaus vaikams

Pietūs-----val.

| Patiekalo paadinimas                                                                                    | Rp.Nr.         | Išeiga | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energetinė<br>vertė,<br>kcal |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------|----------------|----------------|-----------------------|------------------------------|
| Tiršta šviežių kopūstų<br>sriuba su bulvėmis ir<br>morkomis<br>(Augalinis, Tauojantis)                  | 1-3/28AT       | 150    | 1.88           | 3.27           | 13.17                 | 89.62                        |
| Grietinė 30/                                                                                            | Nr-17          | 10     | 0.24           | 3.0            | 0.31                  | 29.30                        |
| Keptas su garais žuvis<br>kukulis(jūras lydeka) su<br>morkomis, kukurūzų<br>kruopomis<br>(.Tausojantis) | 9-<br>7/142.T. | 70     | 12.51          | 3.49           | 7.52                  | 118.62                       |
| Virti ryžiai su<br>ciberžole[Augalinis, Tau<br>sojantis]                                                | 3-<br>3/57A.T. | 50     | 1.61           | 1.09           | 13.77                 | 69.84                        |
| Morkų ,kopūstų salotos<br>su alyvuogių aliejumi<br>(Augalinis)                                          | 2-1/4A.T.      | 50     | 2.36           | 5.61           | 4.61                  | 78.42                        |
| Vanduo<br>Ruginė duona                                                                                  | 18/70/1        | 30     | 2.22           | 0,48           | 12.84                 | 64.56                        |
| Vaisis                                                                                                  | 18/20          | 100    | 0.48           | 0,48           | 15.60                 | 68.64                        |
| Viso                                                                                                    |                |        | 21.30          | 17.42          | 68.72                 | 519.0                        |

Parengė ; Danutė Meduneckienė  
Asta Četrauskienė