

1 savaitė
Pirmadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kruopų (ryžiai, nešlifuoti) sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	500	150 (138/12)	1,00	3,25	9,17	69,91
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškinys (tausojantis)	261/ 262	250 (94/75/80)	26,53	11,90	28,88	328,77
Pomidorai skiltelemis	539	40	0,40	0,00	2,40	11,20
Švieži agurkai	563	40	0,32	0,08	0,92	5,68
Vaisius (bananai)	585	200	2,00	0,80	44,00	191,20
Pienas (2,5%) arba	217/ 218	200	6,52	5,00	9,32	108,36
Kefyras (2,5%)	566	200	6,00	5,00	8,00	101,00
Bandelė su varške	826	70	7,00	3,78	32,20	190,82
Iš viso su pienu:			46,02	25,26	139,73	970,35
Iš viso su kefyru:			45,50	25,26	138,41	962,99

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Jušauskienė

1 ra.
Pirmadi.

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kruopų (ryžiai, nešlifuoti) sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	500	150 (138/12)	1,00	3,25	9,17	69,91
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	20	1,50	0,30	8,56	42,94
Varškės apkepas (varškė 9%) (tausojantis)	848	200	33,18	20,06	32,04	441,45
Grietinė (30%)	316	25	0,60	7,50	0,78	73,00
Uogų užpilas	893	30	0,27	0,01	6,84	28,49
Vaisių salotos	840	78	0,78	0,16	8,09	36,94
Švieži agurkai	563	40	0,32	0,08	0,92	5,68
Vaisius (bananai)	629	120	1,20	0,48	26,40	114,72
Vanduo su citrina	93/94	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Bandelė su varške	826	70	7,00	3,78	32,20	190,82
		Iš viso:	46,34	35,65	125,68	1008,88

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė



1 savaitė
Antradienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	501	150	4,20	3,28	15,97	110,19
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Netikras zuikis (kiauliena) (tausojantis)	267/268	110	20,04	12,03	9,35	225,87
Pieno padažas	605	20	0,62	4,51	1,52	49,14
Morkų, obuolių ir porų salotos su nesaldintu jogurtu	536	50	0,66	0,36	4,59	24,24
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	269/ 270	90	4,95	3,69	27,64	163,55
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	546	65	0,98	4,25	6,01	66,22
Vaisius (obuoliai)	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Vanduo su apelsinu	123/ 124	200	0,08	0,00	0,96	4,16
Plėšomos sūrio lazdelės	538	40	10,24	8,20	0,64	117,32
		Iš viso:	45,02	37,80	107,02	948,33

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Nėries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

1 savaitė
Trečiadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	502	150	1,06	3,11	9,59	70,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	515	50	3,75	0,75	21,40	107,35
Karališki balandėliai (kiauliena) (tausojantis)	896	150	28,65	25,97	14,33	405,65
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	828	120	2,47	0,12	22,62	101,48
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	537	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Pekino kopūstų salotos (augalinis)	257/ 258	60	0,66	5,06	2,08	56,49
Žirneliai su majonezu	952	40	1,27	2,18	5,29	45,85
Vaisiai (apelsinai)	595	250	2,50	0,25	30,00	132,25
Vanduo su citrina	93/94	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Jogurtas su vaisiais	349	125	3,63	3,13	8,50	76,63
Iš viso:			44,88	40,70	115,64	1008,32

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Nėres
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	503	150	3,77	3,25	12,59	94,72
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Vištiena troškinta grietinėle ir daržovėmis (tausojantis)	402/403	200 (132,28 / 67,72)	22,84	19,40	8,76	300,97
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	530	100	4,21	4,13	28,29	167,14
Šviežių kopūstų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	108/109	55 (51/4)	0,92	4,12	2,80	51,95
Paprikos skiltelemis	543	40	0,40	0,04	2,40	11,56
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	537	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Vaisius (obuoliai) arba	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Vaisiai (kriaušės)	607	250	0,75	1,00	37,50	162,00
Pienas (2,5%) arba	217/218	200	6,52	5,00	9,32	108,36
Kefyras (2,5%)	566	200	6,00	5,00	8,00	101,00
Iš viso su obuoliu ir pienu:			42,31	37,52	105,65	929,44
Iš viso su obuoliu ir kefyru:			41,79	37,52	104,33	922,08
Iš viso su kriauše ir pienu:			42,06	37,49	115,65	968,21
Iš viso su kriauše ir kefyru:			41,54	37,49	114,33	960,85

TVIRTINU
Vilniaus miesto Savivaldybės mokyklų
pagrindinės mokyklės direktorių
Daina Juskauskienė

1 savaitė
Penktadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai	153/ 154	150	5,30	5,85	5,90	97,44
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	87/88	70	1,44	0,07	13,19	59,19
Keptas žuvis (jūros lydeka) maltinis (tausojantis)	229/ 230	110	24,12	11,94	6,91	231,63
Pieno padažas	605	20	0,62	4,51	1,52	49,14
Biri bulguro kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	534	100	2,34	4,33	23,59	142,69
Burokėlių salotos su raugintais kopūstais (augalinis)	121/ 122	60 (33/27)	0,39	4,83	2,08	53,30
Lapinės salotos su pomidorais (augalinis)	167/ 168	65 (45,5/ 19,5)	0,68	2,14	3,28	35,16
Vaisiai (mandarinai)	568	250	1,50	0,25	27,50	118,25
Vanduo su apelsinu	123/ 124	200	0,08	0,00	0,96	4,16
Iš viso:			36,47	33,92	84,93	790,96

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė



2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	505	150 (144/6)	1,50	3,14	11,40	79,82
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Ryžių (nešlifuoti) plovai su kiauliena (tausojantis)	291/292	250 (129,62/ 120,38)	27,21	27,57	39,96	516,80
Kopūstų salotos su agurkais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	540	50 (47,5/2,5)	0,78	2,58	2,40	35,94
Morkų lazdelės	382/383	50	0,50	0,10	4,35	20,30
Marinuoti agurkai	96/97	40	0,40	0,00	3,20	14,40
Vaisius (obuoliai)	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Pienas (2,5%) arba	217/ 218	200	6,52	5,00	9,32	108,36
Kefyras (2,5%)	566	200	6,00	5,00	8,00	101,00
Iš viso su pienu:			40,16	39,87	110,97	963,26
Iš viso su kefyru:			39,64	39,87	109,65	955,90

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

2 savaitė
Antradienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	560	150	1,22	3,18	8,03	65,68
Ruginė duona (pilno grūdo)	515	50	3,75	0,75	21,40	107,35
Keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	839	120	29,38	15,67	12,74	309,51
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	530	100	4,21	4,13	28,29	167,14
Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	989	65 (61,75/ 3,25)	1,39	5,08	5,84	74,62
Žirneliai su majonezu	952	50	1,59	2,72	6,61	57,31
Vaisius (kiviai)	668	200	2,00	2,00	28,00	138,00
Vanduo su citrina	93/94	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Iš viso:			44,03	33,56	111,59	924,54

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Nėnės
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

2 savaitė
Trečiadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	502	150	1,06	3,11	9,59	70,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	515	50	3,75	0,75	21,40	107,35
Kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	892	150	44,35	12,30	4,52	306,21
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	269/ 270	90	4,95	3,69	27,64	163,55
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	183/ 184	50 (46,25/ 3,75)	0,70	3,84	3,76	52,42
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	990	70 (44,80/ 25,20)	1,82	4,27	8,28	78,84
Vaisiai (apelsinai)	595	250	2,50	0,25	30,00	132,25
Vanduo su apelsinu	123/ 124	200	0,08	0,00	0,96	4,16
Iš viso:			59,21	28,21	106,15	915,37

TVIRTINU
Vilkaviškio Sakomėjos Nėries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	502	150	1,06	3,11	9,59	70,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	515	50	3,75	0,75	21,40	107,35
Maltas paukštiesos kepsnys (tausojantis)	516	100	23,40	13,29	9,22	250,10
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	269/ 270	90	4,95	3,69	27,64	163,55
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	183/ 184	50 (46,25/ 3,75)	0,70	3,84	3,76	52,42
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	990	70 (44,80/ 25,20)	1,82	4,27	8,28	78,84
Vaisiai (apelsinai)	595	250	2,50	0,25	30,00	132,25
Vanduo su apelsinu	123/ 124	200	0,08	0,00	0,96	4,16
Iš viso:			38,26	29,20	110,85	859,26

TVIRTINU

Vilkaviškio Salomėjos Nėries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	509	150	0,92	3,11	7,20	60,50
Ruginė duona (pilno grūdo)	515	50	3,75	0,75	21,40	107,35
Bulvių plokštainis	1146	250	9,27	16,06	52,12	390,11
Natūralus jogurtas	544	30	1,50	1,17	1,50	22,53
Šviežių kopūstų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	108/109	70 (65/5)	1,17	5,15	3,57	65,31
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	537	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Paprikos skiltelėmis	543	40	0,40	0,04	2,40	11,56
Vaisius (bananai)	585	200	2,00	0,80	44,00	191,20
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, vaisinė)	29/30	200	0,00	0,00	0,01	0,03
Iš viso:			19,41	27,18	133,35	855,69

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

il sav.
Kotvintaolė

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	509	150	0,92	3,11	7,20	60,50
Ruginė duona (pilno grūdo)	515	50	3,75	0,75	21,40	107,35
Kepti kiaulienos gabaliukai su svogūnais ir pomidorų padažu (tausojantis)	517	176 (110/33 / 33)	29,37	28,66	11,12	419,90
Virti ryžiai (nešlifuoti) (tausojantis)	281/ 282	110	2,89	0,41	29,34	132,67
Šviežių kopūstų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	108/ 109	70 (65/5)	1,17	5,15	3,57	65,31
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	537	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Paprikos skiltelėmis	543	40	0,40	0,04	2,40	11,56
Vaisius (bananai)	585	200	2,00	0,80	44,00	191,20
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrožės, vaisinė)	29/30	200	0,00	0,00	0,01	0,03
Iš viso:			40,90	39,02	120,19	995,62

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Nėrės
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	507	150	3,57	3,27	14,46	101,60
Žuvies kukulis (tausojantis)	343/344	120	21,96	15,59	7,90	259,80
Padažas	991	30	0,85	8,19	2,13	85,67
Perlinio kuskuso kruopos su sviestu (82%) (tausojantis)	925	90 (87,43/ 2,57)	3,41	2,55	23,17	129,31
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	546	65	0,98	4,25	6,01	66,22
Pomidorai skilteleimis	77/78	40	0,40	0,08	1,64	8,88
Paprikos skilteleimis	110/ 111	20	0,20	0,02	1,20	5,78
Vaisius (obuoliai) arba	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Vaisiai (kriaušės)	607	250	0,75	1,00	37,50	162,00
Pienas (2,5%) arba	217/ 218	200	6,52	5,00	9,32	108,36
Kefyras (2,5%)	566	200	6,00	5,00	8,00	101,00
Iš viso su pienu ir obuoliu:			38,89	39,98	93,33	888,85
Iš viso su pienu ir kriaušėmis:			38,64	39,95	103,33	927,62
Iš viso su kefyru ir obuoliu:			38,37	39,98	92,01	881,49
Iš viso su kefyru ir kriaušėmis:			38,12	39,95	102,01	920,26

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	510	150 (138/12)	2,38	3,21	12,65	89,06
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Virtos dešrelės (tausojantis)	996	156 (120/36)	18,96	27,84	12,23	375,27
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	273/ 274	100	2,06	0,10	18,85	84,56
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	537	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Pomidorai skiltelėmis	77/78	40	0,40	0,08	1,64	8,88
Šviežių kopūstų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	108/ 109	55 (51/4)	0,92	4,12	2,80	51,95
Vaisius (obuoliai)	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Bandelė su varške	826	70	7,00	3,78	32,20	190,82
Vanduo su apelsinu	123/ 124	200	0,08	0,00	0,96	4,16
Iš viso:			35,45	40,71	122,82	999,44

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

3 savaitė
Antradienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	511	150	4,20	3,28	15,97	110,19
Batono kubeliai	116/ 116-1	10	0,80	0,30	4,70	24,70
Vištiena troškinta grietinėle ir daržovėmis (tausojantis)	883	240 (158,73 /81,27)	26,32	20,88	9,36	330,62
Perlinės kruopos su daržovėmis (tausojantis)	994	100 (79,79/ 21,21)	3,31	3,12	24,93	141,04
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	183/ 184	50 (46,25/ 3,75)	0,70	3,84	3,76	52,42
Vaisiai (mandarinai)	568	250	1,50	0,25	27,50	118,25
Pienas (2,5%) arba	217/ 218	200	6,52	5,00	9,32	108,36
Kefyras (2,5%)	566	200	6,00	5,00	8,00	101,00
Plėšomos sūrio lazdelės	538	20	5,12	4,10	0,32	58,66
Iš viso su pienu:			48,47	40,77	95,86	944,24
Iš viso su kefyru:			47,95	40,77	94,54	936,88

TVIRTINU
Vilkeviškio Salomėjos Nėnės
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

3 savaitė
Trečiadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	512	150	1,32	3,15	10,14	74,22
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	314/315	250 (187,66/ 62/34)	22,56	17,99	56,06	476,35
Grietinė (30%)	316	25	0,60	7,50	0,78	73,00
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	546	65	0,98	4,25	6,01	66,22
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	537	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Paprikos skiltelėmis	110/ 111	30	0,30	0,30	0,90	7,50
Vaisius (kiviai)	668	200	2,00	2,00	28,00	138,00
Vanduo su citrina	93/94	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Iš viso:			30,90	35,77	116,56	911,73

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	504	150	1,31	3,14	8,90	69,10
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	194/195	140	19,62	14,45	7,44	238,33
Kuskuso kruopos su sviestu (82%) (tausojantis)	283/284	90 (87,43/ 2,57)	4,03	2,12	22,55	125,42
Raugintų kopūstų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	196/197	90 (82,93/ 7,07)	0,78	7,08	3,81	82,12
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	545	50	0,52	4,78	4,11	61,57
Vaisiai (kriaušės)	607	250	0,75	1,00	37,50	162,00
Vanduo su apelsinu	123/ 124	200	0,08	0,00	0,96	4,16
Plėšomos sūrio lazdelės	538	20	5,12	4,10	0,32	58,66
Iš viso:			34,46	37,12	98,43	865,77

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Nėnos
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juskauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė

3 savaitė
Penktadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	502	150	1,06	3,11	9,59	70,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	515	50	3,75	0,75	21,40	107,35
Keptas žuvis (jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis)	319/320	100	18,54	7,81	4,37	161,95
Padažas	991	20	0,57	5,46	1,42	57,10
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	269/ 270	90	4,95	3,69	27,64	163,55
Pekino kopūstų salotos (augalinis)	257/ 258	60	0,66	5,06	2,08	56,49
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	993	60	0,48	0,12	1,38	8,52
Vaisiai (mandarinai) arba	568	250	1,50	0,25	27,50	118,25
Vaisius (obuoliai)	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Vanduo su citrina	93/94	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Plėšomos sūrio lazdelės	538	40	10,24	8,20	0,64	117,32
Iš viso su mandarinais:			42,24	34,48	96,70	866,05
Iš viso su obuoliais:			41,74	35,26	96,70	871,03

TVIRTINU
Vilkaviškio Salomėjos Neries
pagrindinės mokyklos direktorė
Daina Juškauskienė

Mitybos specialistė
Aušra Kasulaitienė