

## 1 savaitė

## Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Kiaulienos kotletas	31A	100	17,07	18,13	17,77	299,36
Virtos bulvės su sviestu(82%)	2Gar.	100	2,02	2,99	18,33	107,04
Šv.kopūstų salotos su obuoliais	3S	100	0,93	9,85	8,09	116,68
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	0,88
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		150	2,28	0,9	41,82	168
Sūrelis MAGIJA 23%		45	5,72	10,35	11,93	163,35
<b>viso:</b>			<b>28,78</b>	<b>42,32</b>	<b>122,7</b>	<b>855,31</b>

## Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Paukštienos kepinukai	35A	100	22,06	16,69	11,41	281,91
Sviesto(82%)-grietinės(30%) padažas	3P	30	0,48	17,4	0,6	160,22
Biri ryžių kruopų košė	5Gar.	100	2,56	4,68	27,65	156,68
Kopūstų-obuolių salotos su majonezu(34%)	8S	50	0,5	3,37	5,12	50,7
Negazuotas mineralinis vanduo TICHĖ		330				
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
<b>Viso:</b>			<b>27,12</b>	<b>42,74</b>	<b>72,66</b>	<b>761,51</b>

## Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Žemaičių blynai su kalakutiena	57A	200	15,03	18,01	44,88	395,67
Sviesto(82%) -grietinės(30%) padažas		50	0,8	28,99	1	267,03
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	105
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
<b>Viso:</b>			<b>18,11</b>	<b>47,7</b>	<b>98,52</b>	<b>879,7</b>

## Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Plovas kiaulienos (tausojantis)	3A	100/100	30,57	25,99	28,4	462,11
Švieži agurkai	44	100	0,8	0,2	2,3	11
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	105
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
Sūrelis MAGIJA 23%		45	5,76	10,53	11,57	164,25
<b>Viso:</b>			<b>39,41</b>	<b>37,42</b>	<b>94,91</b>	<b>854,36</b>

## Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Virti varškėčiai	83A	200/30	27,04	13,21	52,77	435,6
Sviesto(82%) -grietinės(30%) padažas			0,48	17,4	0,6	160,22
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	105
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
Sūrio dešrelė'Pik Nik'		20	5,34	4,16	0,07	59
<b>Viso:</b>			<b>35,14</b>	<b>35,47</b>	<b>106,08</b>	<b>871,82</b>



Molėtų valstybinės maisto ir veterinarijos  
tarnybos vyriausiasis specialistas-maisto  
produktų inspektorius

Vygantas Dirma

VVP Nr. 3835



Mokyklos direktorius  
Stanislovas Lisauskas

## 2 savaitė

## Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Kepta paukštienos filė	33A	75/20	18,39	10,85	5,38	191,64
Sviesto(82%) -grietinės(30%) padažas			0,32	11,6	0,4	106,81
Bulvių košė	4Gar	100	2,3	0,47	17,03	80,6
Burokėlių-mar.agurkų-žirnelių su majonezu(34%)	19S	100	2,34	4,96	8,22	80,35
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	105
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		150	2,28	0,9	41,82	168
Jogurtas Jums 2,5%		125	3,38	3,13	18,63	116,25
Viso:			<b>29,77</b>	<b>32,01</b>	<b>116,24</b>	<b>848,65</b>

## Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Guliašas kiaulienos (tausojantis)	1A	100/60	29,17	22,44	6,68	342,49
Bulvių košė	4Gar	100	2,3	0,47	17,03	80,6
Pekino kopūstų-porų salotos	25S	50	0,73	3,37	2,28	40
Džiovintų slyvų kompotas	16G	200	1,19	0,26	37,97	130,6
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
Viso:			<b>34,91</b>	<b>27,14</b>	<b>91,84</b>	<b>705,69</b>

## Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Kepta žuvis (Jūros lydeka)	41A	75/20	14,99	9,4	2,79	154,67
Virtos bulvės su sviestu(82%)	2Gar.	100	2,02	2,99	18,33	107,04
Žalių žirnelių salotos	50S	100	3,51	6,68	13,12	112,84
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	105
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
Sūrelis MAGIJA 23%		45	5,76	10,53	11,57	164,25
Viso:			<b>28,56</b>	<b>30,3</b>	<b>98,45</b>	<b>755,8</b>

## Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Kepti varškėčiai	84A	150/20	33,46	20,83	30,14	408,55
Grietinė(30%)			0,32	4	0,41	39,07
Pekino kopūstų salotos su agurkais	30S	100	1,07	9,86	4,42	104,08
Negazuotas mineralinis vanduo TICHÉ		330				
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
Sūrio dešrelė 'Pik Nik'		20	5,34	4,16	0,07	59
Viso:			<b>41,71</b>	<b>39,45</b>	<b>62,92</b>	<b>722,7</b>

## Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Maltas kiaulienos šnicelis	10A	100	21,16	19,52	8,47	305,79
Bulvių košė	4Gar	100	2,3	0,47	17,03	80,6
Morkų salotos su česnaku	11S	100	1,05	5,05	8,78	76,96
Negazuotas mineralinis vanduo TICHÉ						
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
Sūrelis MAGIJA 23%		45	5,72	10,35	11,93	163,35
Viso:			<b>31,75</b>	<b>35,99</b>	<b>74,09</b>	<b>738,7</b>



Molėtų valstybinės maisto ir veterinarijos  
tarnybos vyriausiasis specialistas-maisto  
produktų inspektorius

Vygantas Dirma

VPP Nr. 3835



Mokyklos direktorius  
Stanislovas Lisauskas

## Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Virtos dešrelės(Moksleivių, a.r.) (tausojantis)	39A	100	7,18	28,39	0,84	287,04
Pomidorų padažas DAUMANTŲ be konservantų		30	1,17	0,15	7,11	33
Bulvių košė	4Gar	100	2,3	0,47	17,03	80,6
Marinuotų burokėlių-žirnelių salotos	17S	100	2,74	11,64	13,39	157,31
Negazuotas mineralinis vanduo TICHĖ		330				
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		150	2,28	0,9	41,82	168
<b>Viso:</b>			<b>15,67</b>	<b>41,55</b>	<b>80,19</b>	<b>725,95</b>

## Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Bulvių plokštainis su kiauliena	47A	150/40	15,34	19,22	27,26	340,93
Sviesto(82%)-grietinės(30%) padažas			0,64	23,2	0,8	213,62
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	105
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
<b>Viso:</b>			<b>18,26</b>	<b>43,12</b>	<b>80,7</b>	<b>771,55</b>

## Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Karališki balandėliai	63A	100/30	15,19	10,37	5,62	173,38
Grietinės(30%)-pomidorų padažas			0,71	5,21	2,85	60,86
Vitos bulvės	1Gar	100	2,06	0,1	18,85	83,43
Morkų-obuolių salotos su majonezu 34%	12S	100	0,8	6,74	10,38	100,4
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	105
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
Sūrelis MAGIJA 23%		45	5,76	10,53	11,57	164,25
<b>Viso:</b>			<b>26,8</b>	<b>33,65</b>	<b>101,91</b>	<b>799,32</b>

## Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Varškės apkepas su razinom	86A	150/20	22,26	13,4	28,49	323,68
Grietinė(30%)			0,72	9	0,93	87,9
Šv.kopūstų salotos su aliejumi	1S	100	1,29	9,77	5,72	107,28
Negazuotas mineralinis vanduo TICHĖ		330				
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		150	42,70	0,9	41,82	168
<b>Viso:</b>			<b>66,97</b>	<b>33,07</b>	<b>76,96</b>	<b>686,86</b>

## Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Žuvies šnicelis	45A	100	19,62	16,61	8,47	259,21
Bulvių košė	4Gar	100	2,3	0,47	17,03	80,6
Morkų ir ž.žirnelių troškiny	9G	100	2,21	18,79	9,28	203,78
Įvairių vaisių ir morkų sultys		200	0,76	0,1	24,76	105
Vaisiai(obuoliai, apelsinai, bananai)		100	1,52	0,6	27,88	112
Jogurtas Jums 2,5%		125	4,37	1,08	19,05	102
<b>Viso:</b>			<b>30,78</b>	<b>37,65</b>	<b>106,47</b>	<b>862,59</b>



Molėtų valstybinės maisto ir veterinarijos  
tarnybos vyriausiasis specialistas-maisto  
produktų inspektorius

Vygantas Dirma

VVP Nr. 3835



Mokyklos direktorius  
Stanislovas Lisauskas