

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras
Danės g. 17, Klaipėda

Klaipėdos „Varpelio“ mokyklos-darželio
Kretingos g. 67, Klaipėda

**15 DIENŲ
PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS**

2 variantas

4-7 m.

Ištaigos darbo laikas
Nuo 7.30 iki 18.00 val.



Direktorė
Daina Paliulienė

PATVIRTINTA

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoriaus
2026 m. rugpjūčio 28 d. įsakymu Nr. J - 345
1 priedasI savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kr. košė T ₇	2.13	200	6,595	3,355	39,460	207,650
Sviestas ₇	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Šviesi duona ₁	13.2	25	1,325	0,200	13,550	57,750
Pupelių užtepėlė TA	13.2.2	15	1,238	2,096	3,706	34,820
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			9,214	12,259	56,780	359,740

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Bulvių srb. su kiauš. kukuliukais T ₂	1.1.8	120/30	6,052	5,896	9,095	111,190
Ruginė duona ₁	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Žuvies maltinis T _{1,3,4}	3.6.6	80	17,366	9,860	7,097	187,385
Bulvių košė T ₇	11.1.1	80	1,929	2,853	14,337	80,790
Virtos /garintos daržovės arba	11.8	80	1,784	0,270	7,929	33,035
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0	0	0,05	0,016
*Vaisiai/Vaisių glotnutis	12.5.1/6.11	100/130	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			30,161	19,579	67,958	541,816
Iš viso (su daržovėmis):			29,817	19,549	65,389	532,301

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sūriu T _{1,7}	8.2	150/20	10,140	5,765	42,090	266,450
Su grietinės ir sviesto pad. 1.7	4.8	30	0,433	5,647	1,462	58,260
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Žolelių arbata nesald.	6.5	200	0	0	0	0
Iš viso:			11,473	11,562	46,902	339,410
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			50,848	43,400	171,640	1240,966
Iš viso (su daržovėmis):			50,504	43,370	169,071	1231,451
Iš viso dienos davinio (vid.):			50,676	43,385	170,356	1236,209

*** - pažymėtas patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą

T - tausojantis
 A - augalinis

Direktorė
 Daina Paliulienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kr. košė T _{1,7}	2.9	200	7,985	2,855	35,015	187,450
Šviesi duona su sviestu _{1,7}	13.1.1	25/5	1,360	4,330	13,590	94,950
*Kakava su pienu (sald.) ₇	6.7.1	200	3,610	2,713	11,338	82,850
Iš viso:			12,955	9,898	59,943	365,250

Pietūs 12.00 val. (I variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Kopūstų srb. su bulvėmis TA arba	1.16	150	1,255	3,135	8,581	62,440
*Raug. kopūstų srb. su bulvėmis TA	1.17	150	1,587	3,058	9,571	70,450
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Vištienos guliašas T _{1,7}	3.2.11	75/45	16,603	16,392	5,784	234,195
Virtos ryžių kr. TA	11.2.4	80	2,130	0,570	23,040	101,100
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su kopūstų srb.):			24,217	21,023	72,335	541,771
Iš viso (su raugintų kopūstų srb.):			24,549	20,946	73,325	549,781

Pietūs 12.00 val. (II variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Kopūstų srb. su bulvėmis TA arba	1.16	150	1,255	3,135	8,581	62,440
*Raug. kopūstų srb. su bulvėmis TA	1.17	150	1,587	3,058	9,571	70,450
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Plovas su vištiena T ₇	3.2.8	140/50	18,617	13,793	35,465	322,540
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su kopūstų srb.):			24,101	17,854	78,976	529,016
Iš viso (su raugintų kopūstų srb.):			24,433	17,777	79,966	537,026

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su trošk. kalak.pad. T ₁	8.1.1	125/50	16,020	6,046	44,588	300,530
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Arbatžolių arbata nėsald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			16,92	6,196	47,938	315,230
Iš viso (I variantas su kopūstų srb.):			54,092	37,117	180,216	1222,251
Iš viso (I variantas su raugintų kopūstų srb.):			54,424	37,040	181,206	1230,261
Iš viso (II variantas su kopūstų srb.):			53,976	33,948	186,857	1209,496
Iš viso (II variantas su raugintų kopūstų srb.):			54,308	33,871	187,847	1217,506
Iš viso dienos davinio (vid.):			54,200	35,494	184,032	1219,879

** - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 *** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
A - augalinisDirektorė
Daina Paliulienė

I savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kr. košė T _{1,7}	2.11	200	7,740	2,880	36,360	206,550
Šviesi duona su sviestu ir daržovėmis _{1,7}	13.1.6	35/7/25	2,204	6,137	20,076	137,555
Arbatžolių arbata su citrina (nesald.)	6.3	200	0,049	0,028	0,644	2,170
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Iš viso:			10,569	9,269	68,04	390,275

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Žirnių ir perlinių kr. srb. TA ₁	1.11	150	3,679	3,336	14,569	95,140
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Jautienos befstrogenas T _{1,7}	3.4.3	70/30	23,405	16,618	4,643	258,840
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovės arba	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Virtos/garintos daržovės	11.8	80	1,784	0,270	7,929	33,035
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso (su daržovėmis):			32,069	20,625	52,525	497,626
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			32,413	20,655	55,094	507,141

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklandžiai _{1,3,7}	9.7	150	10,258	14,074	39,083	353,315
su jogurto ir uogienės pad. ₇	4.21	30	1,343	0,793	6,126	35,966
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			11,601	14,867	45,209	389,281
Iš viso (su daržovėmis):			54,239	44,761	165,774	1277,182
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			54,583	44,791	168,343	1286,697
Iš viso dienos davinio (vid.):			54,411	44,776	167,059	1281,940

* - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
A - augalinisDirektorė
Daina Paliulienė

I savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė T _{3,7}	10.3	100	11,077	10,243	2,513	146,430
Ž. žirneliai (konserv.)	12.4.9	50	1,950	0,200	9,540	41,750
Grietinė 7	4.2	10	0,240	3,000	0,310	29,300
Šviesi duona 1	13.2	30	1,590	0,240	16,260	69,300
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			14,857	13,683	28,623	286,78

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta cukinijų, porų, pomidorų srb. TA arba	1.4.8	150	1,634	7,938	6,601	94,090
*Trinta cukinijų / moliūgų srb.	1.4.5	150	1,817	5,478	12,637	98,760
Su skrebučiais TA ₁	13.3	10	1,747	3,800	10,320	53,066
Kalakutienos maltinukas T _{1,3}	3.3.5	80	10,663	5,457	4,860	146,120
Virtos kr. TA ₁	11.2	80	3,636	1,055	23,450	112,624
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	40	0,680	2,870	0,640	34,620
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0	0	0,05	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su trinta cuk.por.pomid.srb.):			28,264	18,706	64,401	483,676
Iš viso (su cukinijų/moliūgų srb.):			28,447	16,246	70,437	488,346

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas T _{12,3,7}	7.9	150	21,302	17,919	19,718	325,361
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	35	0,383	0,161	5,790	22,960
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			21,685	18,08	25,508	348,321
Iš viso (su trinta cuk.por.pomid.srb.):			64,806	50,469	118,532	1118,777
Iš viso (su cukinijų/moliūgų srb.):			64,989	48,009	124,568	1123,447
Iš viso dienos davinio (vid.):			64,898	49,239	121,550	1121,112

„^{an}“ - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „^{ap}“ - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
A - augalinisDirektorė
Daina Paliulienė

I savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dr. košė T _{1/2}	2.6	200	7,410	3,865	27,163	207,650
Su aguonomis	4.29	4	0,796	1,868	0,988	20,680
Arba su sviestu	4.1	4	0,028	3,304	0,032	20,760
Duoniukai / trapiukai su lydytu sūriu _{1/2}	13.4.1	10/15	2,640	3,439	8,920	76,100
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso (su aguonomis):			10,846	9,172	37,071	304,430
Iš viso (su sviestu):			10,078	10,608	36,115	313,510

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Barščiai su pupelėmis TA	1.7	150	3,019	3,218	17,079	100,620
Ruginė duona ₁	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Kiaulienos kepinukas T ₃	3.1.9	80	20,421	11,997	7,579	218,920
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovės arba	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	80	1,784	0,270	7,929	33,035
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso (su daržovėmis):			29,530	16,236	74,296	529,086
Iš viso (su garintomis/virtomis daržovėmis):			29,874	16,266	76,865	538,601

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai T _{1,3,7}	7.4	140	23,921	15,108	25,556	347,817
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	35	0,383	0,161	5,790	22,960
Žolelių arbata nesald.	6.5	200	0	0	0	0
Iš viso:			24,304	15,269	31,346	370,777
Iš viso (su aguonomis ir daržovėmis):			64,680	40,677	142,713	1204,293
Iš viso (su aguonomis ir virtomis/garintomis daržovėmis):			65,024	40,707	145,282	1213,808
Iš viso (su sviestu ir daržovėmis):			63,912	42,113	141,757	1213,373
Iš viso (su sviestu ir su virtomis/garintomis daržovėmis):			64,256	42,143	144,326	1222,888
Iš viso dienos raciono (vid.):			64,468	41,410	143,520	1213,591

* - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
A - augalinisDirektorė
Daina Paliulienė

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr. košė T 1,7	2.12	200	7,712	3,292	37,988	203,400
Sviestas 7	4.1	5	0,035	4,130	0,040	37,200
Šviesi duona su sviestu 1,7	13.1.1	30/4	1,618	3,544	16,292	99,060
ir ferm. sūriu 7	13.5	15	3,150	4,200	0,300	51,750
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			12,515	15,166	54,620	391,410

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Daržovių, pupelių ir makaronų srb. TA 1,9	1.25	150	2,841	1,197	12,835	67,440
arba *Pupelių srb. TA	1.12	150	4,178	2,298	17,126	95,880
Ruginė duona 1	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Kepta žuvis (riebi) 4T arba	3.6.1.1	75	18,565	14,766	2,720	210,634
Žuvies maltinukas 1,3,4 T	3.6.3	80	17,317	9,732	8,118	188,091
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovės arba	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	80	1,784	0,270	7,929	33,035
Vidurkis:			1,612	0,255	6,645	28,278
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su daržovių, pupelių ir makaronų srb., kepta riebia žuvimi):			27,812	17,055	69,218	503,378
Iš viso (su daržovių, pupelių ir makaronų srb., žuvies maltinuku):			26,564	12,021	74,616	480,835
Iš viso (su pupelių srb. ir kepta riebia žuvimi):			29,149	18,156	73,509	531,818
Iš viso (su pupelių srb. ir žuvies maltinuku):			27,901	13,122	78,907	509,275

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su daržovėmis ir sūriu T 1,7	8.6	150/15	9,954	7,837	46,259	292,100
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			10,854	7,987	49,609	306,800
Iš viso (su daržovių, pupelių ir makaronų srb., kepta riebia žuvimi):			51,181	40,208	173,447	1201,588
Iš viso (su daržovių, pupelių ir makaronų srb., žuvies maltinuku):			49,933	35,174	178,845	1179,045
Iš viso (su pupelių srb. ir kepta riebia žuvimi):			52,518	41,309	177,738	1230,028
Iš viso (su pupelių srb. ir žuvies maltinuku):			51,270	36,275	183,136	1207,485
Iš viso (vid.):			51,226	38,242	178,291	1204,536

* - pažymėtas patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą

T - tausojantis
 A - augalinis



Direktorė
 Daina Pailiulienė

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kr. košė su cin. ir cukr. T _{1,7}	2.16	200/4	7,037	2,860	35,720	199,776
Sausučiai ₁	14.2	20	2,200	0,360	13,060	62,800
*Kakava su pienu (sald.) ₇	6.7.1	200	3,610	2,713	11,338	82,850
Iš viso:			12,85	5,933	60,118	345,426

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Barščiai su bulvėmis TA	1.6	150	1,607	3,122	12,479	83,220
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Vištienos maltinukas _{1,3} T arba	3.2.6	80	20,712	5,797	5,947	148,050
Traški vištienos filė T _{1,3}	3.2.9	80	19,611	4,899	13,691	178,709
Virtos kr. TA ₁	11.2	80	3,636	1,055	23,45	112,624
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	80	1,309	6,669	1,232	76,798
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	60	0,432	0,168	8,220	33,000
Iš viso (su vištienos maltinuku):			29,621	17,161	64,458	508,208
Iš viso (su traškia vištienos filė):			28,520	16,263	72,202	538,867

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas T _{1,3,7}	7.9	150	21,302	17,919	19,718	325,361
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	35	0,383	0,161	5,790	22,960
Arbatžolių arbata ncsald.	6.2	200	0	0	0	0
*Vaisiai	12.5.1	60	0,432	0,168	8,220	33,000
Iš viso:			22,117	18,248	33,728	381,321
Iš viso dienos davinio (su vištienos maltinuku):			64,585	41,342	158,304	1234,955
Iš viso dienos davinio (su traškia vištienos filė):			63,484	40,444	166,048	1265,614
Iš viso dienos davinio (vid.):			64,035	40,893	162,176	1250,285

** - pažymėtas patiekalas rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
*** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
A - augalinis



Diraštorė
Daina Paliulienė

[Handwritten signature]

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas T _{1,3,7}	10.2	100	12,044	14,352	9,195	212,840
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Šviesi duona ₁ su moliūgų ir avinžirnių užtepėle A	13.2	30	1,590	0,240	16,260	69,300
	13.2.3	20	1,116	2,293	3,776	39,270
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			15,650	17,035	32,581	336,110

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Pupelių srb. su višt. gab. ir bulvėmis T	1.1.2	130/20	10,214	2,527	16,289	118,870
Ruginė duona ₁	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Jautienos šnicelis T _{1,3}	3.4.7	80	14,695	5,923	8,520	152,090
Bulvių košė ₇ T	11.1.1	80	1,929	2,853	14,337	80,700
**Daržovių sal. su jog. ₇	12.1	70	1,031	0,774	2,573	18,970
**Daržovės arba Virtos/garintos daržovės TA	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Pagardintas stalo vanduo	11.8	30	0,689	0,104	3,063	12,764
	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai/Vaisių glotnutis	12.5.1/6.1	120/150	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su daržovėmis):			31,583	12,923	75,924	519,956
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			31,732	12,937	76,977	523,900

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai _{1,3,7}	9.1	120	9,091	11,562	33,444	298,768
Jogurto ir uogienės pad. ₇	4.21	35	1,522	0,897	7,736	43,723
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			10,811	12,604	41,679	345,821
Iš viso dienos davinio (su daržovėmis):			58,044	42,562	150,184	1201,887
Iš viso dienos davinio (su virtomis/garintomis daržovėmis):			58,193	42,576	151,237	1205,831
Iš viso dienos davinio (vid.):			58,119	42,569	150,711	1203,859

„⁰⁰¹“ - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „⁰⁰²“ - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
 A - augalinis

Directorė
 Daina Paliulienė

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kr. košė T ₇	2.17	200	6,067	2,745	29,407	166,880
Sviestas ₇	4.1	5	0,035	4,130	0,040	37,200
Sūrio lazdelė ₇	13.7	40	8,400	11,200	0,800	138,000
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			14,502	18,075	30,247	342,080

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Agurkinė srb. su perl. kr. TA ₁	1.19	150	1,690	3,269	13,572	85,890
Ruginė duona ₁	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Troškinta kalakutiena T _{1/2}	3.3.3	60/40	18,190	10,079	3,403	174,850
Virtos kr. TA ₁	11.2	80	3,636	1,055	23,45	112,624
**Daržovės arba	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	80	1,784	0,270	7,929	33,035
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su daržovėmis):			28,130	15,399	77,980	528,300
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			28,474	15,429	80,549	537,815

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai T _{1/3,7}	7.4	140	23,921	15,108	25,556	347,817
su jogurto pad. (sald.) ₇	4.20	30	1,667	1,000	3,934	31,520
Žolelių arbata nesald.	6.5	200	0	0	0	0
Iš viso:			25,588	16,108	29,49	379,337
Iš viso (su daržovėmis):			68,220	49,582	137,717	1249,717
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			68,564	49,612	140,286	1259,232
Iš viso dienos davinio (vid.):			68,392	49,597	139,002	1254,475

„^{an}“ - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „^{an}“ - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
 A - augalinis



Direktorė
 Daina Paliulienė

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dr. košė T 1,7	2.1	200	8,706	5,195	29,211	191,590
Duoniukai / trapučiai 1	13.4	10	0,840	0,240	8,200	36,900
Varškės užtepėlė (sald.) 7	13.2.5	20	2,652	2,850	1,682	43,070
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			12,918	8,565	52,793	326,560

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta žied. kopūstų srb. TA	1.4.3	150	1,758	4,164	10,252	79,580
Ruginė duona 1	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Plovas su kiauliena T 7	3.1.12	150/50	17,646	16,032	34,305	341,900
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			23,154	20,856	65,672	510,416

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė T 7	11.1.1	160	3,798	5,703	28,125	177,150
Višt. ir grietinės pad. 7	4.26	45	7,435	6,287	1,279	90,240
**Daržovės	12.4	60	1,080	0,180	4,020	17,640
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			12,313	12,170	33,424	285,030
Iš viso dienos raciono (vid.):			48,385	41,591	151,889	1122,006

* - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą

T - tausojantis
 A - augalinis

Direktorė
 Daina Paliulienė

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kr. košė T ₇	2.7	200	8,730	3,645	35,595	207,450
su sviestu ₇	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,52
Sūrio lazdelė ₇	13.7	20	4,200	5,600	0,400	69,000
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			12,986	15,853	36,059	335,970

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta bulvių-morkų ir raudonųjų lęšių srb. TA	1.4.6	150	3,577	4,321	18,570	126,691
Skrebučiai TA ₁	13.3	10	1,747	3,800	10,320	53,066
Žuvies maltinukas T _{1,3,4}	3.6.3	80	17,317	9,732	8,118	188,091
Virtos kr. TA ₁	11.2	80	3,636	1,055	23,45	112,624
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			27,717	19,148	65,823	504,008

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė T ₇	11.1.1	160	3,798	5,703	28,125	177,150
Kiaul. ir grietinės pad. ₇	4.24	45	6,025	7,907	1,189	98,940
**Daržovės	12.4	60	1,080	0,180	4,020	17,640
Žolelių arbata nesald.	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			11,767	14,126	49,774	359,730
Iš viso (vid.):			52,470	49,127	151,656	1199,708

* - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą



Direktorė
Daina Paliulienė

T - tausojantis
A - augalinis

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kr. košė T 1,7	2.9	200	7,985	2,855	35,015	187,450
su sviestu 7	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Šviesi duona 1	13.2	30	1,590	0,240	16,260	69,300
su sviestu 7	4.1	5	0,035	4,130	0,040	37,200
ir fermentiniu sūriu 7	13.5	15	3,150	4,200	0,300	51,750
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
Iš viso:			12,802	16,381	51,663	390,340

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Žirnių srb. TA	1.10	150	4,123	3,254	16,861	106,120
Ruginė duona 1	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Vištenos kepinukas T 3	3.2.7	80	21,467	7,286	10,363	181,595
Trošk. ryžių kr. TA	11.2.5	80	2,031	2,533	21,450	111,470
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	40	0,680	2,870	0,640	34,620
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			31,331	16,483	67,749	510,981

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sūriu T 1,7	8.2	150/20	10,140	5,765	42,090	266,450
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Rausvasis darž. pad. arba 1,9	4.11	25	1,464	4,494	4,540	62,630
Baltasis darž. pad. 1,9	4.10	25	1,269	4,469	3,355	57,130
Žolelių arbata nesald.	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai/Vaisių glotnutis	12.5.1/6.11	100/130	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso (su Rausvuoju daržovių padažu):			12,864	10,629	62,340	392,900
Iš viso (su Baltuoju daržovių padažu):			12,669	10,604	61,155	387,400
Iš viso (su Rausvuoju daržovių padažu):			56,997	43,493	181,752	1294,221
Iš viso (su Baltuoju daržovių padažu):			56,802	43,468	180,567	1288,721
Iš viso dienos davinio (vid.):			56,900	43,481	181,160	1291,471

* - pažymėtas patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
 A - augalinis

Direktorė
 Daina Paliulienė

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dr. košė T ^{1,7}	2.6	200	7,410	3,865	27,163	173,519
Šviesi duona su sviestu ^{1,7}	13.1.1	30/5	1,625	4,370	16,300	106,500
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0	0	0	0
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			10,44	8,66	61,91	354,84

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Barščiai su bulvėmis TA	1.6	150	1,607	3,122	12,479	83,220
Ruginė duona	13.1	20	1,540	0,280	10,500	43,600
Troškinta jautiena T ^{1,7}	3.4.2	80/40	28,504	22,371	5,868	333,150
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0	0	0,05	0,016
Iš viso:			34,711	26,094	49,080	549,116

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės pudingas T ^{1,3,7}	7.7	140	20,230	15,552	21,987	299,270
Saldus jogurto pad.	4.20	30	1,667	1,000	3,934	31,520
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			21,897	16,552	25,921	330,790
Iš viso dienos davinio (vid.):			67,047	51,307	136,914	1234,745

^{1,7} - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
^{1,3,7} - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
A - augalinis

Direktorė
Daina Paliulienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė T 3,7	10.3	100	11,077	10,243	2,513	146,430
Šviesi duona su sviestu 1,7	13.1.1	30/6	1,632	5,196	16,308	113,940
Ž. žirnėliai / kukurūzai (konserv.)	12.4.9	30	1,170	0,120	5,670	25,050
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			14,743	15,895	40,931	351,42

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Daržovių srb. TA	1.15	150	1,938	3,171	12,078	78,220
su ruginė duona, arba	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
*Trinta daržovių srb. TA	1.4.4	150	2,172	3,230	11,667	77,600
su skrebučiais, TA	13.3	10	1,747	3,800	10,320	53,066
Plovas su kalakutiena, T	3.3.6	140/50	16,902	14,703	33,575	323,590
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	80	1,784	0,270	7,929	33,035
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso (su daržovių srb, rugine duona, daržovėmis):			22,590	18,534	66,768	490,746
Iš viso (su daržovių srb, rugine duona, virtomis/garintomis daržovėmis):			22,934	18,564	69,332	500,245
Iš viso (su trinta daržovių srb, su skrebučiais, daržovėmis):			22,261	21,973	60,927	477,792
Iš viso (su trinta daržovių srb, skrebučiais, virtomis/garintomis daržovėmis):			22,605	22,003	63,496	487,307

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių ir kukurūzų plokštainis, T	5.8	180	12,242	6,366	30,143	197,562
Jogurt, grietinė, 7	4.4	35	1,106	3,836	1,480	49,350
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Kefyras, 7	6.8	120	4,080	3,000	5,880	72,000
Iš viso:			18,328	13,352	40,853	333,612
Iš viso (su daržovių srb, rugine duona, daržovėmis):			55,661	47,781	148,552	1175,778
Iš viso (su daržovių srb, rugine duona, virtomis/garintomis daržovėmis):			56,005	47,811	151,116	1185,277
Iš viso (su trinta daržovių srb, skrebučiais, daržovėmis):			55,332	51,220	142,711	1162,824
Iš viso (su trinta daržovių srb, skrebučiais, virtomis/garintomis daržovėmis):			55,676	51,250	145,280	1172,339
Iš viso (vid.):			55,669	49,516	146,915	1174,055

* - pažymėtas patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
A - augalinisDirektorė
Daina Paliulienė

3 savaitė
Pentadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kr. košė T 1,7	2.4	200	10,296	5,654	33,638	216,480
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	25	0,260	0,110	3,910	15,500
Duoniukai / trapiukai 7	13.4	10	0,840	0,240	8,200	36,900
su varškės užtepėle (sald.) 7	13.2.5	20	2,652	2,850	1,682	43,070
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			14,048	8,854	47,430	366,950

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Agurkinė srb. su perl. kr. TA 1	1.19	150	1,690	3,269	13,572	85,890
Ruginė duona 1	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Kiaulienos guliašas T 1,7	3.1.4	75/45	21,813	15,437	5,784	247,210
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovės arba	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	80	1,784	0,270	7,929	33,035
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso (su daržovėmis):			28,873	19,447	55,294	487,646
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			29,217	19,477	57,863	497,161

Vakarienė 15.30 val. (I variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pica su vištiena 1,7	9.14	80/80	20,919	12,910	47,371	372,135
Žolelių arbata nesald.	6.5	200	0	0	0	0
Iš viso:			20,919	12,910	47,371	372,135

Vakarienė 15.30 val. (II variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais 1,3,7	9.8	120	9,510	12,025	37,466	319,970
su jogurto ir uogienės pad. 7	4.21	35	1,522	0,897	7,736	43,723
Žolelių arbata nesald.	6.5	200	0	0	0	0
Iš viso:			11,041	12,922	45,202	363,693
Iš viso (I var. ir su daržovėmis):			63,840	41,211	150,095	1226,731
Iš viso (I var. ir su virtomis/garintomis daržovėmis):			64,184	41,241	152,664	1236,246
Iš viso (II var. ir su daržovėmis):			53,962	41,223	147,926	1218,289
Iš viso (II var. ir su virtomis/garintomis daržovėmis):			54,306	41,253	150,495	1227,804
Iš viso dienos davinio (vid.):			59,073	41,232	150,295	1227,268

* - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojančis
 A - augalinis

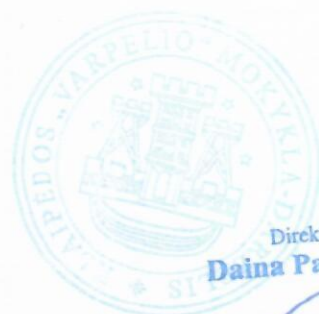
Direktorė
 Daina Paliulienė

15 dienų perspektyvinio valgiaraščio, 3 kartų maitinimo maistinė ir energinė vertė

	Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal
1 savaitė				
1	50,676	43,385	170,356	1236,209
2	54,200	35,494	184,032	1219,879
3	54,411	44,776	167,059	1281,940
4	64,898	49,239	121,550	1121,112
5	64,468	41,410	143,520	1213,591
2 savaitė				
6	51,226	38,242	178,291	1204,536
7	64,035	40,893	162,176	1250,285
8	58,119	42,569	150,711	1203,859
9	68,392	49,597	139,002	1254,475
10	48,385	41,591	151,889	1122,006
3 savaitė				
11	52,470	49,127	151,656	1199,708
12	56,900	43,481	181,160	1291,471
13	67,047	51,307	136,914	1234,745
14	55,669	49,516	146,915	1174,055
15	59,073	41,232	150,295	1227,268
5 proc. nuokrypis	25-68	28-51	112-201	998-1339

Parengė mitybos specialistė Aistė Šeškevičiūtė

* - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 ** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą



T - tausojantis
 A - augalinis

Direktorė
 Daina Paliulienė

Alergenų sąrašas

1. Glitimo turintys javai (t. y. kviečiai, rugiai, miežiai, avižos, spelta, kamutas arba jų sukryžmintos atmainos) ir jų produktai;
2. Vėžiagyviai ir jų produktai;
3. Kiaušiniai ir jų produktai;
4. Žuvis ir jos produktai;
5. Žemės riešutai ir jų produktai;
6. Sojų pupelės ir jų produktai;
7. Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę);
8. Riešutai, t. y. migdolai (*Amygdalus communis* L.), lazdynų riešutai (*Corylus avellana*), graikiniai riešutai (*Juglans regia*), anakardžiai (*Anacardium occidentale*), karijos (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), bertoletijos (*Bertholletia excelsa*), pistacijos (*Pistacia vera*), makadamijos ir Kvinslendo riešutai (*Macadamia ternifolia*) bei jų produktai;
9. Salierai ir jų produktai;
10. Garstyčios ir jų produktai;
11. Sezamo sėklos ir jų produktai;
12. Sieros dioksidas ir sulfitai, kurių koncentracija didesnė kaip 10 mg/kg arba 10 mg/l, išreikšti kaip SO₂;
13. Lubinai ir jų produktai;
14. Moliuskai ir jų produktai;

* - pažymėtus patiekalus rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu
** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą



T - tausojantis
A - augalinis

Direktorė
Daina Paliulienė