

Šilutės lopšelio – darželio „Žibutė“,  
Cimijoniškių g. 3, Šilutė LT – 99128;

**15 DIENŲ VALGIARAŠTIS BE  
KIAUŠINIŲ IR KAKAVOS**

4-7

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Ištaigos darbo laikas  
7:00 - 17:30

Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras

I Sav. Pirmadienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (tausojančias)	III.5	200	6,69	3,11	36,09	199,11
Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (82%) ir fermentintu (45%) sūriu	XI.18	25/5/13	5,07	7,84	12,27	137,67
Šviežias agurkas	VII.4	45	0,36	0,09	1,04	4,95
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>12,12</b>	<b>11,04</b>	<b>49,4</b>	<b>341,73</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių - perlinių kruopų sriuba (su morkomis ir svogūnais) (tausojančias) (augalinis)	II.13	150	3,85	3,26	14,34	96,1
Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	20	1,32	0,26	9,64	44,6
Kalakutienos – ryžių plovos (tausojančias)	I.9	50/140	17,09	11,57	34,88	314,98
Šviežias agurkas	VII.4	45	0,36	0,09	1,04	4,95
Rauginti agurkai	VII.3	40	1,12	0	0,52	7,6
Pomidorai	VII.6	20	0,2	0,04	0,82	3,4
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	80	0,57	0,22	10,96	44
Vanduo su citrina	IX.5	200	0,05	0,03	0,64	2,17
		<b>Iš viso:</b>	<b>24,56</b>	<b>15,47</b>	<b>72,84</b>	<b>517,8</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais ir bananais (be kiaušinių) (tausojančias)	V.17	120	6,56	12,29	38,59	303,53
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	20	0,8	0,4	0,8	12
Uogų padažas	X.1	25	0,25	0	5,94	19,17
Nesaldinta arbata (žolelės/arbatžolės)	IX.15	200	0	0	0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>7,61</b>	<b>12,69</b>	<b>45,33</b>	<b>334,7</b>
		<b>Iš viso (dienos davinio):</b>	<b>44,29</b>	<b>39,2</b>	<b>167,57</b>	<b>1194,23</b>

\*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

\*Gerimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Pačiūtė-Bubulienė visuomenės sveikatos



1 Sav. Antradienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (tausojančiais)	V.5	200/25	12,84	11,21	53,75	376,91
Pomidorai	VII.6	30	0,3	0,06	1,23	5,1
Šviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
Uogos pagal sezoniskumą	XII.17	25	0,25	0	1,95	3,25
Arbatžolių arbata (nėsaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,63</b>	<b>11,33</b>	<b>57,62</b>	<b>388,56</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (tausojančiais) (augalinis)	II.6	150	1,6	3,05	14,33	88,04
Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	20	1,32	0,26	9,64	44,6
Kiaulienos išpjovos ir daržovių (bulvė, morka) troškiny (tausojančiais)	I.82	300	25,8	9,2	29,37	303,54
Pomidorai	VII.6	60	0,6	0,12	2,46	10,2
Salotų lapelių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	VII.39	80	0,84	2,18	1,92	27,1
Ridikėliai	VII.26	20	0,22	0,02	0,78	3,4
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	80	0,57	0,22	10,96	44
Vanduo su apelsinu	IX.6	200	0,05	0,01	0,77	3,01
<b>Iš viso:</b>			<b>31</b>	<b>15,06</b>	<b>70,23</b>	<b>523,89</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (vietoje kiaušinio bananas) (tausojančiais)	IV.12	120	16,82	7,16	38,73	278,9
Jogurtas nėsaldintas (natūralus)	X.5	30	1,2	0,6	1,2	18
Uogų padažas	X.1	25	0,25	0	5,94	19,17
Pienas (pasterizuotas)	IX.11	150	4,5	0,15	7,05	46,5
<b>Iš viso:</b>			<b>22,77</b>	<b>7,91</b>	<b>52,92</b>	<b>362,57</b>
<b>Iš viso dienos davinių:</b>			<b>67,4</b>	<b>34,3</b>	<b>180,77</b>	<b>1275,02</b>

\*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

\*Gerimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parangė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro visuomenės

sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Paičūtė-Bubulienė

Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras

I Sav. Trečiadienis

Pustryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir sviestu (augalinis) (tausojančias)	III.24	200	5,68	5,34	36,07	214,11
*Arbata su medumi	IX.14	200	0,03	0	8,17	32,4
*Vaisius (pagal sezonškumą)	XII.1	150	1,08	0,42	20,55	82,5
Sūrio lazdelė	XII.2	20	5,34	4,16	0,07	59
		<b>Iš viso:</b>	<b>12,13</b>	<b>9,92</b>	<b>64,86</b>	<b>388,01</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rauginti kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojančias)	II.3	150	1,14	3,05	8,86	66,43
Ruginė duona	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
Virti kalakutenos kukuliai (be kiaušinio) (tausojančias)	I.18	70	18,47	1,63	0,79	91,23
Grietinės padažas	X.9	20	0,42	3,87	1,29	41,61
Virti griekiai (tausojančias) (augalinis)	VII.7	60	3,67	3,4	20,22	124,02
Morkų-obuolių salotos	VII.9	50	0,42	2,5	3,18	36,42
Šviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
*Vaisių-daržovių sultys (natūralios)	IX.13	150	1,2	0,07	11,32	60
		<b>Iš viso:</b>	<b>27,54</b>	<b>14,97</b>	<b>60,81</b>	<b>489,91</b>

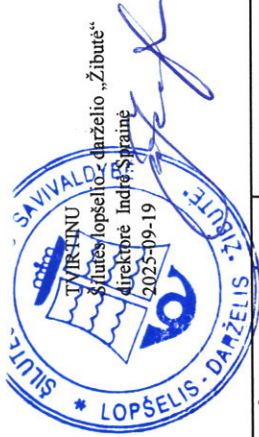
Valantė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai su troškintos mėsos ir grietinės padažu (tausojančias)	V.4	125/75	15,08	16,43	37,5	361,28
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
Konservuoti žirneliai	VII.15	20	0,78	0,08	3,78	16,7
Rauginti agurkai	VII.3	30	0,84	0	0,39	5,7
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>17,02</b>	<b>16,59</b>	<b>42,59</b>	<b>388,08</b>
		<b>Iš viso dienos davinio:</b>	<b>56,69</b>	<b>41,48</b>	<b>168,26</b>	<b>1266</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniais rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Patičūtė-Bubulienė visuomenės



1 Sav. Keturvidienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojančis)	III.9	200	6,38	2,58	36,61	186,36
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Sviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
Pomidorai	VIII.6	20	0,2	0,04	0,82	3,4
Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu	XI.19	35/8	2,37	7,07	16,93	137,57
<b>Iš viso:</b>			<b>9,19</b>	<b>9,75</b>	<b>55,05</b>	<b>330,63</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba be grietinės (augalinis) (tausojančis)	II.11	150	2,44	3,05	15,57	94,19
Ruginė duona	XI.8	15	0,99	0,2	7,23	33,45
Bulvių plokštainis su kalakutienu ir jogurt. grietinės padažu	I.28	150 (112,5/37,5)/40	15,18	17,79	30,67	338,62
Morkų lazdelės	VIII.34	50	0,5	0,1	4,38	15,62
Sviežias agurkas	VII.4	50	0,4	0,1	1,16	5,5
Kefyras 2,5%	IX.7	100	2,8	2,5	4,1	59
<b>Iš viso:</b>			<b>22,31</b>	<b>23,74</b>	<b>63,11</b>	<b>546,38</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (vietoje kiaušinio bananas)	V.18	150	8,51	13,68	43,4	287,92
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	20	0,8	0,4	0,8	12
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
*Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
<b>Iš viso:</b>			<b>10,47</b>	<b>14,41</b>	<b>67,97</b>	<b>389,75</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>41,97</b>	<b>47,9</b>	<b>186,13</b>	<b>1266,76</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Paičiūtė-Bubulienė visuomenės

Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras

1 Sav. Penkiadienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų kosė (tausojantis)	III.1	200	6,08	2,48	35,6	191,61
Ruginė duona (viso grūdų su sviestu (82%) ir šviežių agurku	XI.21	35/8/20	2,51	7,07	17,49	140,37
Nesaldinta arbata (žolelės/arbatožolės)	IX.15	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,59</b>	<b>9,55</b>	<b>53,09</b>	<b>331,98</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	II.4	150	4,76	3,24	16,84	107,19
Ruginė duona	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
Kepti su garais menkės file kukurūzai (be kiaušinių) (tausojantis)	I.87	120	16,67	6,47	5,94	148,5
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	VI.1	60	1,33	0,06	11,38	50,44
Burokėlių salotos su svogūnais	VII.8	50	0,84	2,32	5,74	42,79
Paprika saldinioji	VII.41	40	0,56	0,16	3,6	14
*Sultys (natūralios) (daržovių)	IX.13	150	1,65	0,15	9,6	42
<b>Iš viso:</b>			<b>27,79</b>	<b>12,79</b>	<b>67,56</b>	<b>471,82</b>

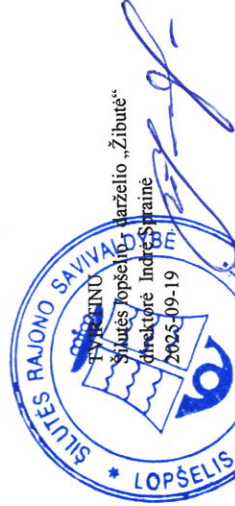
Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varskės ir bananų apkepamas su cinamonu (be kiaušinių) (tausojantis)	IV.21	150	16,3	10,36	25,95	262,26
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	30	1,2	0,6	1,2	18
Nesaldinta arbata (žolelės/arbatožolės)	IX.15	200	0	0	0	0
*Vaisius (pagal sezoninįumą)	XII.1	150	1,08	0,42	20,55	82,5
<b>Iš viso:</b>			<b>18,58</b>	<b>11,38</b>	<b>47,7</b>	<b>362,76</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>54,96</b>	<b>33,72</b>	<b>168,35</b>	<b>1166,56</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniais rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialistė sveikatos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Pačiūtė-Bubulienė visuomenės



Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras

2 Sav. Pirmadienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riešalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	III.3	200	7,83	4,6	32,74	203,6
Uogų padažas	X.1	25	0,25	0	5,94	19,17
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu ir žalumynais	XI.3.3	20/3/10/15/3	6,04	5,21	11,84	118,37
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>14,12</b>	<b>9,81</b>	<b>50,52</b>	<b>341,14</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riešalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	II.6	150	1,6	3,05	14,33	88,04
Duona, viso grūdų, bėmiele	XI.1.5	20	1,46	0,42	8,8	47,8
Kiaulienos išpjovos ir daržovių (bulvė, morka) troškiny	I.8.2	300	25,8	9,2	29,37	303,54
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais ir paprikomis	VIII.4.2	150	1,7	7,38	7,23	92,1
Vanduo su citrina	IX.5	200	0,05	0,03	0,64	2,17
		<b>Iš viso:</b>	<b>30,61</b>	<b>20,08</b>	<b>60,37</b>	<b>533,65</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riešalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės blynai (vietoje kiaušinio bananas) (tausojantis)	IV.2.2	120	11,48	11,99	37,27	311,38
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	15	0,6	0,3	0,6	9
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
Nesaldinta arbata (žolelių/arbatžolių)	IX.1.5	200	0	0	0	0
*Vaisius (pagal sezoniškumą)	XIII.1	80	0,57	0,22	10,96	44
		<b>Iš viso:</b>	<b>12,95</b>	<b>12,51</b>	<b>56,16</b>	<b>388,21</b>
		<b>Iš viso dienos davinio:</b>	<b>57,68</b>	<b>42,4</b>	<b>167,05</b>	<b>1263</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parėngė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Pačiūtė-Bubulienė visuomenės

Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras



2 Sav. Antradienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (tausojančias)	V.5	150/20	9,62	8,75	38,4	278,3
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
Pomidorai	VII.6	30	0,3	0,06	1,23	5,1
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	150	1,08	0,42	20,55	82,5
<b>Iš viso:</b>			<b>11</b>	<b>9,23</b>	<b>60,18</b>	<b>365,9</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojančias)	II.47	150	1,6	3,05	14,33	88,04
Ruginė duona	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
Žuvies (menkes) užkepė su morkomis ir bulvėmis (tausojančias)	I.84	200	21,92	4,1	16,75	191,5
Salotų lapelių ir ridikėlių salotos su alyvuogių aliejumi	VII.43	50	0,61	1,6	1,61	20,67
Pomidorų ir avokadų salotos su alyvuogių aliejumi	VII.44	50	0,69	6,98	2,42	69,53
*Sultys natūralios (vaisių)	IX.13	150	0,75	0	13,05	78
<b>Iš viso:</b>			<b>27,55</b>	<b>16,12</b>	<b>62,62</b>	<b>514,64</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (vietoje kiaušinio linų sėmenys) (tausojančias)	I.88	120	12,65	10,32	15,65	202,15
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	30	1,2	0,6	1,2	18
Kefyras 2,5%	IX.7	200	5,6	5	8,2	118
<b>Iš viso:</b>			<b>19,45</b>	<b>15,92</b>	<b>25,05</b>	<b>338,15</b>
<b>Iš viso dienos davinių:</b>			<b>58</b>	<b>41,27</b>	<b>147,85</b>	<b>1218,69</b>

\*Gerimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Paičūtė-Bubulienė visuomenės

Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras

2 Sav. Trečiadienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	III.1	200	6,08	2,48	35,6	191,61
Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu ir virta dešra	XI.32	35/7/25	4,93	11,68	17,13	190,31
Sviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
Nesaldinta arbata (džiovintos žolelės/arbatžolės)	IX.15	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>		200	<b>11,25</b>	<b>14,22</b>	<b>53,42</b>	<b>385,22</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba su pienu (2,5%) (tausojantis)	II.48	150	1,47	3,48	3,47	44,27
Ruginė duona	XI.8	35	2,31	0,45	16,87	78,05
Virti kalakutienos kukuliai (be kiaušinių) (tausojantis)	I.89	100	27,28	2,42	1	134,56
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis)	VI.15	60	3,65	2,87	21,8	128,48
Burokėlių salotos su svogūnais	VII.8	50	0,84	2,32	5,74	42,79
Kopūstų salotos su svogūnais	VII.45	40	0,61	1,98	2,61	27,12
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>		200	<b>36,16</b>	<b>13,52</b>	<b>51,49</b>	<b>455,27</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varskės apkepas (vietoje kiaušinio bananas) (tausojantis)	IV.13	150	21,08	15,11	27,99	287
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	20	0,8	0,4	0,8	12
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	2,73	4,55
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
<b>Iš viso:</b>		200	<b>23,04</b>	<b>15,84</b>	<b>47,96</b>	<b>369,55</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>70,45</b>	<b>43,58</b>	<b>152,87</b>	<b>1210,04</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniais rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Pačiūtė-Bubulienė visuomenės

Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras

2 Sav. Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:25-9:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (tausojantis)	III.5	200	6,69	3,11	36,09	199,11
Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu ir sviežių agurku	XI.4	35/8/20	2,06	6,89	19,59	143,17
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	80	0,57	0,22	10,96	44
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,32</b>	<b>10,22</b>	<b>66,64</b>	<b>386,28</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	II.10	150	4,42	3,3	19,82	115,15
Ruginė duona	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	I.37	100	28,14	14,35	0,43	244,49
Daržovių tyrė (Morkos, svogūnai, moliūgai, cukinija, kalafiorai, brokoliai, žalieji žirneliai) (tausojantis) (augalinis)	VI.10	70	2,34	2,05	7,33	54,77
Salotų lapelių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	VII.39	50	0,53	1,62	1,2	19,17
Morkų salotos su česnakais	VII.21	40	0,45	1,95	3,86	30,68
Vanduo su mėta	IX.8	200	0,12	0,04	0,32	1,76
<b>Iš viso:</b>			<b>37,98</b>	<b>23,7</b>	<b>47,42</b>	<b>532,92</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai (vietoje kiaušinio bananas)	V.19	120	9,88	10,98	53,55	356,67
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	20	0,8	0,4	0,8	12
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	2,73	4,55
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,98</b>	<b>11,38</b>	<b>57,08</b>	<b>373,22</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>58,28</b>	<b>45,3</b>	<b>171,14</b>	<b>1292,42</b>

\*Gerimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniais rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Pačiūtė-Bubulienė

2 Sav. Penktadienis

Pusryčiai 8:25-9:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojančias)	III.9	200	6,38	2,58	36,61	186,36
Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu	XI.19	35/8	2,37	7,07	16,93	137,57
Sviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
Pomidorai	VII.6	20	0,2	0,04	0,82	3,4
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>9,19</b>	<b>9,75</b>	<b>55,05</b>	<b>330,63</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių - perlinių kruopų sriuba (tausojančias) (augalinis)	II.13	150	3,85	3,26	14,34	96,1
Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
Kalakutienos filė troškinta su ryžiais ir morkomis (tausojančias)	I.42	60/90	20,05	9,09	20,55	256,16
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais ir alyvuogių aliejumi	VII.46	50	0,88	1,62	2,16	25,35
Troškintos morkos su konservuotais žirneliais (augalinis) (tausojančias)	VII.47	50	0,93	0,52	3,9	21,95
Vanduo su apelsinu	IX.6	200	0,05	0,01	0,77	3,01
		<b>Iš viso:</b>	<b>27,74</b>	<b>14,89</b>	<b>56,18</b>	<b>469,47</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių sriuba (tausojančias)	II.18	200	5,6	7,38	22,37	174,22
Sviesti duona (viso grūdo) su sviestu ir fermentiniu sūru	XI.2	25/5/13	4,75	7,71	13,77	139,67
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
		<b>Iš viso:</b>	<b>11,21</b>	<b>15,42</b>	<b>52,58</b>	<b>379,89</b>
		<b>Iš viso dienos davinių:</b>	<b>48,14</b>	<b>40,06</b>	<b>163,81</b>	<b>1179,99</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniais rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro visuomenės

sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje

Neringa Paičūtė-Bubulienė

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojančis)	III.9	200	6,38	2,58	36,61	186,36
Ruginė duona (viso grūdų) su sviestu (82%)	XI.19	35/8	2,37	7,07	16,93	137,57
Sviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
Pomidorai	VII.6	20	0,2	0,04	0,82	3,4
Konservuoti žirneliai	VII.15	20	0,78	0,08	3,78	16,7
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,97</b>	<b>9,83</b>	<b>58,83</b>	<b>347,33</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su vištienos gabaliukais (su svogūnais ir morkomis) (tausojančis)	II.49	150	12,91	3,62	19,93	152,59
Ruginė duona	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
Virti kalakutienos kukuliai (be kiaušinių) (tausojančis)	I.89	80	21,02	1,85	0,88	103,75
Viršos bulvės (tausojančis) (augalinis)	VI.1	80	1,78	0,08	15,24	67,52
Sviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
Pomidorai	VII.6	40	0,4	0,08	1,64	6,8
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	60	0,43	0,17	8,22	33
*Sultys natūralios (vaisių)	IX.13	150	0,75	0	13,05	78
<b>Iš viso:</b>			<b>39,59</b>	<b>6,27</b>	<b>74,34</b>	<b>512,96</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (vietoje kiaušinio bananas) (tausojančis)	IV.14	150	21,08	16,91	29,42	348,32
Uogų padažas	X.1	25	0,25	0	5,94	19,17
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	20	0,8	0,4	0,8	12
K-mynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>22,13</b>	<b>17,31</b>	<b>36,16</b>	<b>379,49</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>71,69</b>	<b>33,41</b>	<b>169,33</b>	<b>1239,78</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Pačiūtė-Bubulienė visuomenės

Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras

3 Sav. Antradienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (tausojančias)	III.5	200	6,69	3,11	36,09	199,11
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu ir žalumynais	XI.33	20/3/10/15/3	6,04	5,21	11,84	118,37
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,59</b>	<b>8,65</b>	<b>64,37</b>	<b>383,48</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojančias)	II.5	150	3,19	3,25	24,19	133,2
Keptos maltos mėsos dešrelės (tausojančias)	I.86	80	15,49	19,06	1,25	242,28
Virti makaronai (augalinis) (tausojančias)	VI.15	40	2,43	1,91	14,53	85,65
Burokėlių salotos su pupelėmis ir rauginiais agurkais (augalinis)	VII.5	50	1,61	2,97	5,75	53,09
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi	VIII.1	40	0,58	1,57	2,39	22,76
Vanduo su apelsinu	IX.6	200	0,05	0,01	0,77	3,01
<b>Iš viso:</b>			<b>23,35</b>	<b>28,77</b>	<b>48,88</b>	<b>539,99</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Skilandžiai (vietoje kiaušinio bananas)	V.31	120	7,21	12,39	45,61	310,75
Jogurtas nesaldintas (natūralus)	X.5	30	1,2	0,6	1,2	18
Uogų padažas	XII.17	20	0,2	0	4,88	15,35
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,61</b>	<b>12,99</b>	<b>51,69</b>	<b>344,1</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>45,55</b>	<b>50,41</b>	<b>164,94</b>	<b>1267,57</b>

\*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu  
\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Pačiūtė-Bubulienė visuomenės

3 Sav. Trečiadienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	III.1	200	6,08	2,48	35,6	191,61
Uogos pagal sezoniskumą	XII.17	30	0,3	0	2,34	3,9
Ciemoninė bandelė (be kiaušinio ir kakavos sudėtyje)	XII.21	50	3,7	1,8	26,5	142
Nesaldinta arbata (žolės/arbatžolės)	IX.15	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,08</b>	<b>4,28</b>	<b>64,44</b>	<b>337,51</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	II.4	150	4,76	3,24	16,84	107,19
Ruginė duona	XI.8	10	0,66	0,13	4,82	22,3
Kiaulienos išpjovos ir daržovių (bulvė, morka) troškiny (tausojantis)	I.82	300	25,8	9,2	29,37	303,54
Salotų lapelių ir ridikėlių salotos su alyvuogių aliejumi	VII.48	100	1,14	3,24	2,82	39,86
Burokėlių salotos su svogūmais	VIII.8	50	0,84	2,32	5,74	42,79
*Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	60	0,43	0,17	8,22	33
Vanduo su citrina	IX.5	200	0,05	0,03	0,64	2,17
<b>Iš viso:</b>			<b>33,68</b>	<b>18,33</b>	<b>68,45</b>	<b>550,85</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai su troškintos mėsos ir gnetinės padažu (tausojantis)	V.4	125/75	15,08	16,43	37,5	361,28
Rauginti agurkai	VII.3	40	1,12	0	0,52	7,6
Pomidorai	VII.6	20	0,2	0,04	0,82	3,4
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>16,4</b>	<b>16,47</b>	<b>38,84</b>	<b>372,28</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>60,16</b>	<b>39,08</b>	<b>171,73</b>	<b>1260,64</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniais rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialiste sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Pačiūtė-Bubulienė visuomenės

Šilutės rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras

3 Sav. Keturvidadenis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais (tausojantis)	III.25	200/40	8,23	4,76	42,1	240,4
Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (82%) ir fermentiniu (45%) sūriu	XI.18	25/5/13	5,07	7,84	12,27	137,67
Arbatžolių arbata (nėsaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>		<b>200</b>	<b>13,3</b>	<b>12,6</b>	<b>54,37</b>	<b>378,07</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis ir grietine (tausojantis)	II.6	150/6	1,76	4,85	14,52	105,62
Ruginė duona	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
Žuvies maitinis (upėtakis) (be kiaušinio) (tausojantis)	I.67	75	12,37	8,29	13,2	177,19
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	VII.5	60	1,56	2,91	16,89	96,24
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi	VII.1	50	0,72	2,09	2,95	29,39
*Vaisių-daržovių sultys (natūralios)	IX.13	150	1,2	0,07	11,32	60
<b>Iš viso:</b>		<b>150</b>	<b>19,91</b>	<b>18,68</b>	<b>74,26</b>	<b>539,74</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtos dešrelės su pomidorų padažu (tausojantis)	I.58	75/20	17,77	0,74	4,95	96,88
Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu	XI.19	35/8	2,37	7,07	16,93	137,57
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
Rauginti agurkai	VII.3	40	1,12	0	0,52	7,6
Pomidorai	VII.6	30	0,3	0,06	1,23	5,1
Kėmynių arbata (nėsaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
*Vaisius (pagal sezonškumą)	XII.1	150	1,08	0,42	20,55	82,5
<b>Iš viso:</b>		<b>200</b>	<b>22,96</b>	<b>8,37</b>	<b>45,1</b>	<b>334,05</b>
<b>Iš viso dienos davinio:</b>			<b>56,17</b>	<b>39,65</b>	<b>173,73</b>	<b>1251,86</b>

\*Gerimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniais rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro visuomenės

sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje

Neringa Pačūtė-Bubulienė

3 Sav. Penktadienis

Pusryčiai 8:25-8:35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu (tausojančias)	III.6	200	6,2	5,42	28,78	186,2
Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu	XI.1	25/5	1,37	4,33	13,59	94,95
Pomidorai	VII.6	30	0,3	0,06	1,23	5,1
Šviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
Paprika saldžioji	VII.41	40	0,56	0,16	3,6	14
*Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.	150	1,08	0,42	20,55	82,5
Arbatžolių arbata (nessaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>9,75</b>	<b>10,45</b>	<b>68,44</b>	<b>386,05</b>

Pietūs 12:00-12:10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojančias)	II.7	150	1,77	3,03	11,44	78,03
Ruginė duona	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
Kalaktienos guliašas (tausojančias)	I.38	75/45	21,13	13,28	6,26	228,18
Bulvių košė (tausojančias)	VI.2	80	1,28	2,61	8,97	70,71
Raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi	VII.11	40	0,35	3,64	1,81	40,9
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	VII.7	40	0,88	2,35	2,83	33,68
Šviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>27,63</b>	<b>25,36</b>	<b>46,46</b>	<b>521,7</b>

Vakarienė 15:35-15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (vietoje kiaušinio bananas) (tausojančias)	IV.12	120	16,82	7,16	38,73	278,9
Jogurtas nesusaldintas (natūralus)	X.5	30	1,2	0,6	1,2	18
Uogų padažas	X.1	25	0,25	0	5,94	19,17
Pienas (pasterizuotas)	IX.11	150	4,5	0,15	7,05	46,5
		<b>Iš viso:</b>	<b>22,77</b>	<b>7,91</b>	<b>52,92</b>	<b>362,57</b>
		<b>Iš viso dienos davinių:</b>	<b>60,15</b>	<b>43,72</b>	<b>167,82</b>	<b>1270,32</b>

\*Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

\*Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

Parengė Šilutės r. sav. visuomenės sveikatos biuro  
sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje  
Neringa Patčiūtė-Bubulienė visuomenės