

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

Taikos pr. 76, Klaipėda

Klaipėdos lopšelio-darželio „Želmenėlis“

Baltijos pr. 77, Klaipėda

**15 DIENŲ
PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS**

4 variantas

4-7 m.

Ištaigos darbo laikas

Nuo ____ iki ____ val.

PATVIRTINTA

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoriaus
2026 m. vasario mėn. 23 d. įsakymu Nr. J - 91
2 priedas

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
Trintų uogų pad.	4.18	30	0,253	0,158	2,858	11,083
Duoniukai / trapučiai su lydytu sūriu _{1,7}	13.4.1	15/20	3,660	4,626	13,230	107,617
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			12,619	9,979	45,299	310,290

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
1) *Agurkinė srb. su ryžių kr. TA	1.19.1	150	1,490	3,279	13,732	86,090
1) Ruginė duona ₁	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
ARBA						
2) *Trinta žied. kopūstų srb. TA	1.4.3	150	1,758	4,164	10,252	79,580
2) Skrebučiai TA ₁	13.3	8	1,310	2,850	7,740	39,800
Kiaulienos maltinukas T _{1,3}	3.1.8	80	19,520	10,252	5,445	190,595
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**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
Iš viso (su 1 variantu):			26,249	20,701	50,987	484,509
Iš viso (su 2 variantu):			25,517	24,016	39,497	452,399

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
Jogurto ir uogienės pad. ₇	4.21	35	1,522	0,897	7,736	43,723
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			22,526	16,818	41,182	390,323
Iš viso (dienos davinio) (su 1 variantu):			61,394	47,498	137,468	1185,122
Iš viso (dienos davinio) (su 2 variantu):			60,662	50,813	125,978	1153,012

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
TA - tausojantis augalinis

1 savaitė
Antradienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
Ruginė duona su sviestu _{1,7}	13.1.2	35/7	2,744	6,272	18,431	128,380
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			15,981	17,035	40,004	353,330

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
1) *Burokėlių ir pomidorų srb. TA	1.24	150	1,041	3,094	7,111	55,880
ARBA						
2) *Tiršta daržovių srb. su pupelėmis ir bulguro kruopomis TA ₁	1.26	150	5,135	1,898	17,432	93,819
1) Troškinta vištiena T _{1,7} arba	3.2.4	60/40	19,437	9,520	5,725	174,850
2) Vištienos maltinukas T_{1,3}	3.2.6	80	20,712	5,797	5,947	148,050
Virtos grikių kr. TA	11.2.2	80	5,040	1,240	27,720	139,600
**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
Iš viso (1) (1):			26,827	20,523	41,793	447,144
Iš viso (1) (2):			28,102	16,800	42,015	420,344
Iš viso (2) (1):			30,921	19,327	52,114	485,083
Iš viso (2) (2):			32,196	15,604	52,336	458,283

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai TA ₁	11.7	120	5,403	3,144	37,903	206,020
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
Kefyras ₇	6.8	120	4,080	3,000	5,880	72,000
Iš viso:			10,816	11,941	48,595	350,980
Iš viso (dienos davinio) (1) (1):			53,624	49,499	130,392	1151,454
Iš viso (dienos davinio) (1) (2):			54,899	45,776	130,614	1124,654
Iš viso (dienos davinio) (2) (1):			57,718	48,303	140,713	1189,393
Iš viso (dienos davinio) (2) (2):			58,993	44,580	140,935	1162,593

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

**1 savaitė
Trečiadienis****Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių ir kukurūzų kr. košė T 7	2.15	200	7,276	3,734	35,752	202,620
su sviestu 7	4.1	5	0,035	4,130	0,040	37,200
Duoniukai / trapučiai 1	13.4	20	1,680	0,480	16,400	73,800
Pupelių užtepėlė TA	13.2.2	20	1,491	3,115	4,483	47,220
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			10,482	11,459	56,675	360,840

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta cukinijų / moliūgų srb. TA	1.4.5	150	1,817	5,478	12,637	98,760
Skrebučiai TA 1	13.3	15	2,621	5,700	15,480	79,599
Jautienos ir kiaulienos maltinukas T 1,3	3.5.4	80	15,835	9,431	5,460	171,441
Virtos kvietinės Bulgur kr. TA 1	11.2.7	80	3,840	0,416	24,320	109,440
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			26,129	21,489	74,222	526,776

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
1) Virti varškėčiai T 1,3,7	7.5	150	21,03	11,025	33,775	342,274
ARBA						
2) Varškės, obuolių ir moliūgų apkepas T 1,3,7	7.10	140	18,057	14,900	23,674	300,009
Trintų uogų pad.	4.18	35	0,293	0,183	3,309	12,833
Grietinė 7	4.2	10	0,240	3,000	0,310	29,300
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso (su 1 variantu):			21,563	14,208	37,394	384,407
Iš viso (su 2 variantu):			18,590	18,083	27,293	342,142
Iš viso (dienos davinio) (su 1 variantu):			58,174	47,156	168,291	1272,023
Iš viso (dienos davinio) (su 2 variantu):			55,201	51,031	158,190	1229,758

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

1 savaitė
Ketvirtadienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kr. košė su cin. ir cukr. 1,7 T	2.16	200/4	7,037	2,860	35,720	199,776
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:			12,007	9,903	60,648	377,576

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	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
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	9,86	7,097	187,385
Bulvių košė TA	11.1.2	80	1,660	0,083	15,189	67,230
**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	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Iš viso:			25,159	20,427	62,311	519,049

Vakarienė 15.30 val. (1 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	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
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	35	0,383	0,161	5,790	22,960
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			9,474	11,723	39,234	321,728
Iš viso (dienos davinio):			46,640	42,053	162,193	1218,353

Vakarienė 15.30 val. (2 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Traškios bulvytės TA	11.14	150	4,008	8,184	36,608	232,720
Jogurto ir agurkų pad. 7	4.14	30	1,478	1,867	1,100	27,018
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Kefyras 7	6.8	150	5,100	3,750	7,350	90,000
Iš viso:			12,026	14,041	50,418	373,258
Iš viso (dienos davinio):			49,192	44,371	173,377	1269,883

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

**1 savaitė
Penktadienis****Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
Sviestas 7	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Sūrio lazdelė 7	13.7	20	4,200	5,600	0,400	69,000
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			12,817	15,287	46,439	359,970

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
Plovas su kalakutiena T 7	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
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			23,671	18,581	71,769	513,146

Vakarienė 15.30 val. (1 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Srb. su višt. gab. ir ž. žirneliais T 9	1.1.3	180/20	10,179	3,483	6,426	88,410
Šviesi duona su sviestu ir ferm. sūriu 1,7	13.1.3	35/7/20	6,104	11,662	19,426	201,930
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			16,283	15,145	25,852	290,340
Iš viso (dienos davinio) (su 1 variantu):			52,771	49,013	144,060	1163,456

Vakarienė 15.30 val. (2 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška mak. srb. T 1, 7	1.3.2	200	6,920	3,560	22,020	150,200
Šviesi duona su sviestu ir ferm. sūriu 1,7	13.1.3	35/7/20	6,104	11,662	19,426	201,930
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			13,024	15,222	41,446	352,130
Iš viso (dienos davinio) (su 2 variantu):			49,512	49,090	159,654	1225,246

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

2 savaitė
Pirmadienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	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	5	0,035	4,130	0,040	37,200
Trintų uogų pad.	4.18	25	0,200	0,125	2,256	8,750
Duoniukai / trapučiai su lydytu sūriu 1,7	13.4.1	15/20	3,660	4,626	13,230	107,617
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			10,490	12,236	54,986	361,217

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	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
Kiaulienos maltinukas T 1,3	3.1.8	80	19,520	10,252	5,445	190,595
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
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			31,605	15,445	77,831	542,275

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
1) Kepti varškėčiai su aguonomis T 1,3,7	7.11	140	24,351	17,265	24,073	356,374
ARBA						
2) Kepti varškėčiai T 1,3,7	7.4	140	23,921	15,108	25,556	347,817
Trintų uogų pad.	4.18	35	0,293	0,183	3,309	12,833
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso (1 variantas):			24,842	17,593	27,881	372,537
Iš viso (2 variantas):			24,412	15,436	29,364	363,980
Iš viso (dienos davinio) (su 1 variantu):			66,937	45,274	160,698	1276,029
Iš viso (dienos davinio) (su 2 variantu):			66,507	43,117	162,181	1267,472

„ * “ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „ ** “ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

2 savaitė
Antradienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
Sviestas ₇	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Šviesi duona su sviestu _{1,7}	13.1.1	30/6	1,632	5,196	16,308	113,940
su fermentiniu sūriu ₇	13.5	10	2,100	2,800	0,200	34,500
**Daržovės	12.4	20	0,360	0,060	1,340	5,880
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			11,544	16,877	45,059	372,479

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
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	8,52	152,09
Jogurto ir agurkų pad. ₇	4.14	20	0,944	1,115	0,698	16,916
Bulvių košė T ₇	11.1.1	80	1,929	2,853	14,337	89,790
**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	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			25,615	15,152	76,94	529,423

Vakarienė 15.30 val. (1 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai _{1,3,7}	9.7	150	10,258	14,074	39,083	353,315
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	35	0,383	0,161	5,790	22,960
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			10,839	14,38	45,372	379,605
Iš viso (dienos davinio) (1 variantas):			47,998	46,409	167,371	1281,507

ARBA

Vakarienė 15.30 val. (2 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių ir cukinijų plokštainis T _{3,7}	5.8	200	13,957	6,92	33,487	218,045
Jogurt. grietinė ₇	4.4	30	0,948	3,288	1,269	42,300
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Kefyras ₇	6.8	150	5,100	3,750	7,350	90,000
Iš viso:			21,445	14,198	47,466	373,865
Iš viso (dienos davinio) (2 variantas):			58,604	46,227	169,465	1275,767

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

2 savaitė
Trečiadienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	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
Ruginė duona su sviestu _{1,7}	13.1.2	35/7	2,744	6,272	18,431	128,380
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			16,228	20,864	32,986	364,740

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Kopūstų srb. su bulvėmis TA	1.16	150	1,255	3,135	8,581	62,440
arba *Raug. kopūstų srb. su bulvėmis TA	1.17	150	1,587	3,058	9,571	70,450
Vidurkis:			1,421	3,097	9,076	66,445
Vištienos kepinukas T ₃	3.2.7	80	21,467	7,286	10,363	181,595
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	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			28,553	18,387	57,826	492,478

Vakarienė 15.30 val. (1 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su trošk. kiaul. pad. T ₁	8.1.3	125/50	14,690	7,316	36,858	275,130
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Kefyras ₇	6.8	150	5,100	3,750	7,350	90,000
Iš viso:			20,69	11,216	47,558	379,830
Iš viso (dienos davinio) (1 variantas):			65,471	50,4665	138,370	1237,048

ARBA**Vakarienė 15.30 val. (2 variantas)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti makaronai su varške T _{1,3,7}	8.7	180	16,325	11,182	38,107	322,960
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			17,423	11,477	41,956	340,990
Iš viso (dienos davinio) (2 variantas):			62,204	50,7275	132,768	1198,208

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

2 savaitė
Ketvirtadienis**Pusryčiai 8.30 val. (1 variantas)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
Sviestas ₇	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
*Kakava su pienu (sald.) ₇	6.7.1	200	3,610	2,713	11,338	82,850
Sausučiai ₁	14.2	15	1,650	0,270	9,795	47,100
Iš viso:			13,042	10,819	57,541	381,140

Pusryčiai 8.30 val. (2 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kr. košė T _{1,7}	2.11	120	4,644	1,728	21,816	123,930
Virtas kiaušinis T ₃	10.1	30	3,690	3,510	0,210	47,100
**Daržovės	12.4	60	1,080	0,180	4,020	17,640
*Kakava su pienu (sald.) ₇	6.7.1	200	3,610	2,713	11,338	82,850
Sausučiai ₁	14.2	15	1,650	0,270	9,795	47,100
Iš viso:			14,674	8,401	47,179	318,620

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*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) T₄	3.6.1.1	75	18,565	14,766	2,720	210,634
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	40	0,680	2,870	0,640	34,620
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			28,073	20,555	53,744	483,920

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
*Vaisiai	12.5.1	70	0,504	0,196	9,590	38,500
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			22,189	18,276	35,098	386,821
Iš viso (dienos davinio) (su 1 variantu):			63,304	49,650	146,383	1251,881
Iš viso (dienos davinio) (su 2 variantu):			64,936	47,232	136,021	1189,361

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

2 savaitė
Penktadienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kr. košė T 7	2.19	200	7,300	3,410	32,210	191,200
Sviestas 7	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Trintų uogų pad.	4.18	30	0,253	0,158	2,858	11,083
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Iš viso:			8,171	8,748	46,076	290,923

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Daržovių sult. su mak. TA 1	1.5	150	1,389	3,117	9,950	71,150
Ruginė duona 1	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Troškinta kalakutiena T 1,7	3.3.3	60/40	18,190	10,079	3,403	174,850
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
1) **Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	50	0,833	4,063	0,784	47,266
1) Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
ARBA						
2) Virtos / garintos daržovės TA	11.8	50	1,115	0,168	4,956	20,648
2)**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 (su 1 variantu):			24,882	17,850	46,725	433,112
Iš viso (su 2 variantu):			25,304	16,735	49,527	432,294

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Plovas su vištiena T 7	3.2.8	140/50	18,617	13,793	35,465	322,540
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Kmyną arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			19,715	14,088	39,314	340,570
Iš viso (dienos davinio) (su 1 variantu):			52,768	40,686	132,115	1064,605
Iš viso (dienos davinio) (su 2 variantu):			53,190	39,571	134,917	1063,787

„ * “ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „ ** “ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

3 savaitė
Pirmadienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Cinamonas	4.28	0,8	0,032	0,01	0,648	1,976
Sausainiai 1,3,7	14.8	20	1,800	4,810	12,740	100,200
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Kmyną arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			8,715	12,890	54,302	361,026

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
*Trinta bulvių-morkų ir raudonųjų lęšių srb. TA	1.4.6	150	3,577	4,321	18,570	126,691
Vidurkis:			2,668	4,243	14,411	103,136
Skrebučiai TA 1	13.3	10	1,747	3,800	10,320	53,066
Kalakutienos maltinukas T 1,3	3.3.5	80	19,663	5,457	4,860	146,120
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
Iš viso:			29,023	21,224	54,278	491,760

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis T 3	10.1	60	7,380	7,020	0,420	94,200
Ruginė duona su sviestu 1,7	13.1.2	35/7	2,744	6,272	18,431	128,380
ir fermentiniu sūriu 7	13.5	15	3,150	4,200	0,300	51,750
Ž. žirneliai / kukurūzai (konserv.)	12.4.9	60	2,340	0,240	11,340	50,100
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			15,614	17,732	30,491	324,430
Iš viso (dienos davinio):			53,352	51,846	139,071	1177,216

„ * “ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „ ** “ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

3 savaitė
Antradienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	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	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Sūrio lazdelė ₇	13.7	20	4,200	5,600	0,400	69,000
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			12,674	14,128	52,136	372,040

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Ryžių kr. srb. su pomidorais TA	1.21	150	1,286	3,301	11,683	77,110
Ruginė duona ₁	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Vištienos guliašas T _{1,7}	3.2.11	75/45	16,603	16,392	5,784	234,195
Bulvių košė T ₇	11.1.1	80	1,929	2,853	14,337	89,790
**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:			23,568	23,206	52,919	490,031

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai T _{1,3,7}	7.5	150	21,03	11,025	33,775	342,274
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	35	0,383	0,161	5,790	22,960
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			21,611	11,331	40,064	368,564
Iš viso (dienos davinio):			57,853	48,665	145,119	1230,635

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

3 savaitė
Trečiadienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	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
Duoniukai / trapiukai ¹	13.4	10	0,840	0,240	8,200	36,900
Varškės užtepėlė ⁷	13.2.4	35	4,648	6,820	1,197	85,136
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			15,784	12,714	43,035	338,516

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	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	20	1,540	0,280	10,500	43,600
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	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			32,404	20,835	63,600	541,726

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
1) Sklindžiai su obuoliais ^{1,3,7}	9.8	120	9,519	12,025	37,466	319,970
ARBA						
2) Sklindžiai su obuoliais ir cukinijomis ^{1,3,7}	9.9	120	9,581	12,018	39,091	324,330
Jogurto ir uogienės pad. ⁷	4.21	20	0,878	0,517	4,319	24,682
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso (su 1 variantu):			10,397	12,542	41,785	344,652
Iš viso (su 2 variantu):			10,459	12,535	43,410	349,012
Iš viso (dienos davinio) (su 1 variantu):			58,585	46,091	148,420	1224,894
Iš viso (dienos davinio) (su 2 variantu):			58,647	46,084	150,045	1229,254

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

3 savaitė
Ketvirtadienis**Pusryčiai 8.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kr. košė TA	2.7.1	200	5,670	1,395	31,185	157,050
Neraf. al.	4.6	6	0,000	5,739	0,000	51,720
1) Šviesi duona su sviestu ir ferm. sūriu 1,7	13.1.3	30/6/15	4,782	9,396	16,608	165,690
ARBA						
2) Karštas sumuštinis su sviestu ir ferm. sūriu T 1,7	13.1.7	30/6/15	4,782	9,396	16,608	165,690
**Daržovės	12.4	20	0,360	0,060	1,340	5,880
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			10,812	16,590	49,133	380,340

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	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
Jogurt. grietinė 7	4.4	15	0,474	1,644	0,635	21,150
Žuvies maltinukas T 1, 3, 4	3.6.3	80	17,317	9,732	8,118	188,091
Bulvių košė TA	11.1.2	80	1,660	0,083	15,189	67,230
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
**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
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			23,358	17,881	54,116	464,027

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
1) Varškės ir makaronų apkepas T 1,3,7	7.12	200	20,798	11,682	26,280	295,834
ARBA						
2) Varškės ir bananų apkepas T 1,3,7	7.13	150	22,294	13,549	32,780	342,525
Trintų uogų pad.	4.18	35	0,293	0,183	3,309	12,833
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso (su 1 variantu):			21,289	12,010	30,088	311,997
Iš viso (su 2 variantu):			22,785	13,877	36,588	358,688
Iš viso (dienos davinio) (su 1 variantu):			55,459	46,481	133,337	1156,364
Iš viso (dienos davinio) (su 2 variantu):			56,955	48,348	139,837	1203,055

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jogurtinis omletas T _{3,7}	10.6	120	13,336	16,438	2,433	210,031
Ruginė duona ₁	13.1	35	2,695	0,490	18,375	76,300
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			18,047	17,392	37,128	353,851

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*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
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:			25,574	18,990	72,546	526,716

Vakarienė 15.30 val. (1 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su trošk. višt.pad. T ₁	8.1.2	125/50	17,245	5,396	45,938	299,780
**Daržovės	12.4	60	1,080	0,180	4,020	17,640
Kefyras ₇	6.8	120	4,080	3,000	5,880	72,000
Iš viso:			22,405	8,576	55,838	389,420
Iš viso (dienos davinio) (1 variantas):			66,026	44,958	165,512	1269,987

Vakarienė 15.30 val. (2 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pica su vištiena _{1,7}	9.14	80/80	17,383	13,218	37,024	331,825
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			18,823	13,458	42,384	355,345
Iš viso (dienos davinio) (2 variantas):			62,444	49,840	152,058	1235,912

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

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

	Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal
1 (1)	61,394	47,498	137,468	1185,122
1 (2)	60,662	50,813	125,978	1153,012
2 (1)	53,624	49,499	130,392	1151,454
2 (2)	54,899	45,776	130,614	1124,654
2 (3)	57,718	48,303	140,713	1189,393
2 (4)	58,993	44,580	140,935	1162,593
3 (1)	58,174	47,156	168,291	1272,023
3 (2)	55,201	51,031	158,190	1229,758
4 (1)	46,64	42,053	162,193	1218,353
4 (2)	49,192	44,371	173,377	1269,883
5 (1)	52,771	49,013	144,06	1163,456
5 (2)	49,512	49,09	159,654	1225,246
6 (1)	66,937	45,274	160,698	1276,029
6 (2)	66,507	43,117	162,181	1267,472
7 (1)	47,998	46,409	167,371	1281,507
7 (2)	58,604	46,227	169,465	1275,767
8 (1)	65,471	50,4665	138,37	1237,048
8 (2)	62,204	50,7275	132,768	1198,208
9 (1)	63,304	49,650	146,383	1251,881
9 (2)	64,936	47,232	136,021	1189,361
10 (1)	52,768	40,686	132,115	1064,605
10 (2)	53,190	39,571	134,917	1063,787
11	53,352	51,846	139,071	1177,216
12	57,853	48,665	145,119	1230,635
13 (1)	58,585	46,091	148,42	1224,894
13 (2)	58,647	46,084	150,045	1229,254
14 (1)	55,459	46,481	133,337	1156,364
14 (2)	56,955	48,348	139,837	1203,055
15 (1)	66,026	44,958	165,512	1269,987
15 (2)	62,444	49,840	152,058	1235,912
Vid.	57,667	47,029	147,518	1205,931
Norma su 5% nuokrypiu	25-68	28-51	112-201	998-1339

Parengė mitybos specialistė Aistė Šeškevičiūtė

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis

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 jų 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, lazdyno riešutai, graikiniai riešutai, anakardžiai, pekaninės kariojos, brazilinės bertoletijos, pistacijos, makadamijos riešutai ir 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, visame SO₂ skaičiuojami paruoštiems vartoti produktams arba produktams, atgamintiems pagal gamintojų nurodymus.
- 13. Lubinai ir jų produktai.**
- 14. Moliuskai ir jų produktai.**