

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

Taikos pr. 76, Klaipėda

Klaipėdos lopšelio-darželio "Bitutė"

Švyturio g. 14A, Klaipėda

**15 DIENŲ
PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS**

2 variantas

1-3 m.

Įstaigos darbo laikas:

Nuo ___ iki ___ val.

PATVIRTINTA
Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoriaus
2026 m. balandžio 22 d. įsakymu Nr. J - 175
1 priedas

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dr. košė ^{1,7}	2.6	150	6,230	3,224	23,108	146,731
Su aguonomis	4.29	4	0,796	1,868	0,988	20,680
Arba su sviestu ⁷	4.1	4	0,028	3,304	0,032	29,760
Duoniukai / trapučiai su lydytu sūriu ^{1,7}	13.4.1	10/15	2,640	3,439	8,920	76,100
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso (su aguonomis):			9,666	8,531	33,016	243,511
Iš viso (su sviestu):			8,898	9,967	32,060	252,591

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Barščiai su pupelėmis TA	1.7	100	2,026	2,145	11,433	67,310
Ruginė duona ¹	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Kiaulienos mažylių balandėlis T ₃	3.1.11	80	15,873	7,468	4,915	148,752
Virtos bulvės TA	11.4	60	1,220	0,061	11,163	49,410
**Daržovės arba	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	70	1,561	0,236	6,938	28,906
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,004	0,011
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso (su daržovėmis):			23,024	10,514	59,030	395,563
Iš viso (su garintomis/virtomis daržovėmis):			23,325	10,540	61,278	403,889

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai T _{1,3,7}	7.5	120	16,924	8,851	27,239	275,255
Grietinės ir sviesto pad. ⁷	4.8	20	0,289	3,765	0,975	38,840
Žolelių arbata nesald.	6.5	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			17,21	12,62	28,21	314,10
Iš viso (su aguonomis ir daržovėmis):			49,903	31,661	120,260	953,169
Iš viso (su aguonomis ir virtomis/garintomis daržovėmis):			50,204	31,687	122,508	961,495
Iš viso (su sviestu ir daržovėmis):			49,135	33,097	119,304	962,249
Iš viso (su sviestu ir virtomis/garintomis daržovėmis):			49,436	33,123	121,552	970,575
Iš viso dienos davinio (vid.):			49,670	32,392	120,906	961,872

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

T - tausojantis
A - augalinis

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kr. košė T _{1,7}	2.9	150	6,135	2,165	27,125	144,550
Šviesi duona su sviestu _{1,7}	13.1.1	20/4	1,088	3,464	10,872	75,960
*Kakava su pienu (sald.) ₇	6.7.1	150	2,930	2,213	8,362	63,750
Iš viso:			10,153	7,842	46,359	284,260

I variantas Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Kopūstų srb. su bulvėmis TA arb ₁	1.16	100	0,982	2,109	6,231	43,710
*Raug. kopūstų srb. su bulvėmis T ₁	1.17	100	1,048	2,038	6,302	46,635
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Vištienos guliašas T ₇	3.2.11	50/30	12,963	13,091	3,679	182,265
Virtos ryžių kr. TA	11.2.4	60	1,505	1,396	15,895	78,340
**Daržovės	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,004	0,011
Iš viso (su kopūstų srb.):			18,635	17,156	43,624	379,406
Iš viso (su raugintų kopūstų srb.):			18,701	17,085	43,695	382,331

II variantas Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Kopūstų srb. su bulvėmis TA arb ₁	1.16	100	0,982	2,109	6,231	43,710
*Raug. kopūstų srb. su bulvėmis T ₁	1.17	100	1,048	2,038	6,302	46,635
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Plovas su vištiena T ₇	3.2.8	100/40	14,718	10,423	26,503	244,860
**Daržovės	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,004	0,011
Iš viso (su kopūstų srb.):			18,885	13,092	50,553	363,661
Iš viso (su raugintų kopūstų srb.):			18,951	13,021	50,624	366,586

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu T _{1,3,7}	10.2.2	90	11,172	12,665	5,370	179,480
Šviesi duona ₁	13.2	25	1,325	0,200	13,550	57,750
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			13,901	13,291	37,370	312,050
Iš viso (I variantas kopūstų srb.):			42,689	38,289	127,353	975,716
Iš viso (I variantas su raugintų kopūstų srb.):			42,755	38,218	127,424	978,641
Iš viso (II variantas kopūstų srb.):			42,939	34,225	134,282	959,971
Iš viso (II variantas su raugintų kopūstų srb.):			43,005	34,154	134,353	962,896
Iš viso dienos davinio (vid.):			42,847	36,222	130,853	969,306

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

T - tausojantis
 A - augalinis

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kr. košė T _{1,7}	2.11	150	6,020	2,240	28,280	160,650
Šviesi duona su sviestu ir daržovėmis _{1,7}	13.1.6	30/6/20	1,872	5,256	17,148	117,640
Arbatžolių arbata su citrina (nesald.)	6.3	150	0,035	0,020	0,460	1,550
Iš viso:			7,927	7,516	45,888	279,84

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Žirnių ir perlinių kr. srb. TA ₁	1.11	100	2,420	2,218	9,462	62,310
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Jautienos ir kiaulienos maltinukas	3.5.4	60	11,270	6,585	3,976	121,194
Virtos bulvės TA	11.4	60	1,220	0,061	11,163	49,410
**Daržovės arba	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Virtos/garintos daržovės	11.8	70	1,561	0,236	6,938	28,906
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,004	0,011
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Iš viso (su daržovėmis):			18,671	9,648	53,380	352,005
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			18,972	9,674	55,628	360,331

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai _{1,3,7}	9.7	120	8,193	11,050	31,047	279,870
su jogurto ir uogienės pad. ₇	4.21	30	1,343	0,793	6,126	35,966
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			9,536	11,843	37,173	315,836
Iš viso (su daržovėmis):			36,134	29,007	136,441	947,681
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			36,435	29,033	138,689	956,007
Iš viso dienos davinio (vid.):			36,285	29,020	137,565	951,844

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

T - tausojantis
 A - augalinis

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė T _{3,7}	10.3	80	8,837	8,171	2,009	116,830
Ž. žirneliai (konserv.)	12.4.9	30	1,170	0,120	5,670	25,050
Grietinė ₇	4.2	5	0,120	1,500	0,155	14,650
Šviesi duona ₁	13.2	25	1,325	0,200	13,550	57,750
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			12,316	10,327	37,824	280,280

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta bulvių-morkų ir raudonųjų leščių srb. TA arba	1.4.6	100	2,185	3,173	10,640	79,287
*Trinta cukinijų / moliūgų srb. TA	1.4.5	100	1,231	3,331	8,497	63,200
Su skrebučiais TA ₁	13.3	10	1,747	3,800	10,320	53,066
Kalakutienos maltinukas T _{1,3}	3.3.5	60	15,309	3,688	3,944	109,495
Virtos kr. TA ₁	11.2	60	2,727	0,791	17,588	84,468
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	40	0,680	2,870	0,640	34,620
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0	0	0,05	0,011
Iš viso (su trinta bulvių-morkų, leščių.srb):			23,188	14,412	45,192	369,767
Iš viso (su cukinijų/moliūgų srb.):			22,234	14,570	43,049	353,680

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas T _{1,3,7}	7.9	120	16,981	14,248	15,923	259,828
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	35	0,383	0,161	5,790	22,960
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			17,364	14,409	21,713	282,788
Iš viso (su trinta bulvių-morkų, leščių.srb):			52,868	39,148	104,729	932,835
Iš viso (su cukinijų/moliūgų srb.):			51,914	39,306	102,586	916,748
Iš viso dienos davinio (vid.):			52,391	39,227	103,658	924,792

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

T - tausojantis
 A - augalinis

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kr. košė T ₇	2.13	150	5,205	2,665	30,800	162,750
Sviestas ₇	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Duoniukai / trapučiai ₁	13.4	10	0,840	0,240	8,200	36,900
Varškės užtepėlė ₇ arba	13.2.4	15	1,992	2,937	0,513	36,610
su pupelių užtepėle TA	13.2.2	15	1,238	2,096	3,706	34,820
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso (su varškės užtepėle):			8,079	10,798	39,561	280,900
Iš viso (su pupelių užtepėle):			7,325	9,957	42,754	279,110

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Bulvių srb. su kiaul. kukuliukais T ₃	1.1.8	80/20	4,177	3,365	6,036	69,570
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Žuvies maltinis T _{3,4,1}	3.6.6	60	13,479	7,255	5,282	140,839
Bulvių košė T ₇	11.1.1	60	1,454	1,957	10,571	65,030
Virtos /garintos daržovės arba	11.8	70	1,561	0,236	6,938	28,906
**Daržovės	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0	0	0,05	0,011
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			23,316	13,443	55,702	413,856
Iš viso (su daržovėmis):			23,015	13,417	53,454	405,530

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sūriu T _{1,7}	8.2	100/10	6,618	3,748	27,458	174,090
Su grietinės ir sviesto pad. ₇	4.8	25	0,373	4,897	1,385	50,935
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Žolelių arbata nesald.	6.5	150	0	0	0	0
Iš viso:			7,531	8,735	30,853	233,845
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis ir duoniukais su varškės užtepėle):			38,926	32,976	126,116	928,601
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis ir duoniukais su pupelių užtepėle):			38,172	32,135	129,309	926,811
Iš viso (su daržovėmis ir duoniukais su varškės užtepėle):			38,625	32,950	123,868	920,275
viso (su daržovėmis ir duoniukais su pupelių užtepėle):			37,871	32,109	127,061	918,485
Iš viso dienos davinio (vid.):			38,399	32,543	126,589	923,543

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

T - tausojantis
 A - augalinis

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	
Avižinių dr. košė T _{1,7}	2.1	150	7,064	4,160	24,464	157,660
Duoniukai / trapučiai ₁	13.4	10	0,840	0,240	8,200	36,900
Varškės užtepėlė (sald.) ₇	13.2.5	15	1,989	2,130	1,262	32,302
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	150	0	0	0	0
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			10,613	6,81	47,626	281,862

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 arba	1.15	100	1,312	2,117	8,229	52,830
*Rūgštynių srb. su bulvėmis TA	1.20	100	1,008	2,212	8,494	54,345
Vidurkis			1,160	2,165	8,362	53,588
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Plovas su kiauliena T ₇	3.1.12	110/40	13,066	12,607	24,823	257,460
**Daržovės arba	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	70	1,561	0,236	6,938	28,906
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
Iš viso (su daržovėmis) :			17,411	15,332	51,005	386,139
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis) :			17,712	15,358	53,253	394,465

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
1) Varškės ir morkų apkepas T _{1,3,7}	7.8	100	12,784	10,855	14,352	206,250
ARBA						
Varškės ir makaronų apkepas T _{1,3,7}	7.12	150	15,568	8,732	20,207	223,458
Jogurto ir uogienės pad. ₇	4.21	25	1,111	0,655	5,223	30,325
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso (su varškės ir morkų apkepu) :			13,895	11,510	19,575	236,575
Iš viso (su varškės ir makaronų apkepu) :			16,679	9,387	25,430	253,783
Iš viso (su daržovėmis ir varškės ir morkų apkepu) :			41,919	33,652	118,206	904,576
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis ir varškės ir morkų apkepu) :			42,220	33,678	120,454	912,902
Iš viso (su daržovėmis ir varškės ir makaronų apkepu) :			44,703	31,529	124,061	921,784
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis ir varškės ir makaronų apkepu) :			45,004	31,555	126,309	930,110
Iš viso dienos davinio vid.:			43,462	32,603	122,257	917,343

„*“ - pažymėtas patieklaus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
 A - augalinis

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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	150/3	5,834	2,307	29,840	166,132
Sausučiai ₁	14.2	15	1,650	0,270	9,795	47,100
*Kakava su pienu (sald.) ₇	6.7.1	150	2,930	2,213	8,362	63,750
Iš viso:			10,41	4,79	47,997	276,982

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Žirnių srb. TA	1.10	100	2,647	2,165	10,813	48,635
Ruginė duona	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Vištienos maltinukas T _{1,3} arba	3.2.6	60	15,398	4,072	4,016	108,121
Traški vištienos filė T	3.2.9	60	13,127	1,297	9,143	101,510
Virtos kr. TA	11.2	60	2,727	0,791	17,588	84,468
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	70	1,139	6,449	1,072	72,558
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su vištienos maltinuku):			24,700	14,163	63,059	434,293
Iš viso (su traškia vištienos filė):			22,429	11,388	68,186	427,682

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas T _{1,3,7}	10.2	80	9,589	11,256	7,206	167,500
Šviesi duona su sviestu _{1,7}	13.1.1	25/5	1,360	4,330	13,590	94,950
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	150	0	0	0	0
Iš viso:			11,489	15,676	22,806	271,270
Iš viso dienos davinio (su vištienos maltinuku):			46,603	34,629	133,862	982,545
Iš viso dienos davinio (su traškia vištienos filė):			44,332	31,854	138,989	975,934
Iš viso dienos davinio (vid.):			45,468	33,242	136,426	979,240

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	
Grikių kr. košė T ₇	2.7	150	6,790	2,835	27,685	161,350
su sviestu ₇	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Duoniukai / trapučiai su lydytu sūriu_{1,7}	13.4.1	10/15	2,640	3,439	8,920	76,100
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	150	0	0	0	0
Iš viso:			9,472	11,230	36,653	282,090

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	100	1,114	2,081	9,033	55,710
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Jautienos ir kiaulienos mažylių balandėlis T ₃	3.5.3	80	15,899	8,007	5,001	153,442
Bulvių košė T ₇	11.1.1	60	1,454	1,957	10,571	65,030
**Daržovių sal. su jog. ₇	12.1	50	0,762	0,594	1,861	14,155
**Daržovės arba	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	30	0,689	0,104	3,063	12,764
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su daržovėmis):			22,56	13,42	58,05	417,67
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			22,707	13,429	59,099	421,612

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	100	7,340	8,710	30,445	237,200
su jogurto ir uogienės pad. ₇	4.21	30	1,343	0,793	6,126	35,966
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	150	0,158	0,116	0,399	2,664
Iš viso:			8,841	9,619	36,970	275,830
Iš viso (su daržovėmis):			40,871	34,264	131,669	975,588
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			41,020	34,278	132,722	979,532
Iš viso dienos davinio (vid.):			40,946	34,271	132,196	977,560

„*“ - pažymėtus patieklaus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
 A - augalinis

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	150	4,802	2,060	24,632	136,480
Sviestas ₇	4.1	4	0,028	3,304	0,032	29,760
Sūrio lazdelė ₇	13.7	20	4,200	5,600	0,400	69,000
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			9,03	10,964	25,064	235,24

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	100	1,168	2,185	9,391	58,800
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Troškinta kalakutiena T _{1,7}	3.3.3	50/20	15,027	7,421	1,790	132,730
Virtos kr. TA	11.2	60	2,727	0,791	17,588	84,468
**Daržovės arba	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	70	1,561	0,236	6,938	28,906
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su daržovėmis):			22,971	11,293	63,029	417,089
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			23,272	11,319	65,277	425,415

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	110	19,110	12,446	20,452	281,459
su jogurto pad. (sald.) ₇	4.20	30	1,667	1,000	3,934	31,520
Žolelių arbata nesald.	6.5	150	0	0	0	0
Iš viso:			20,777	13,446	24,386	312,979
Iš viso (su daržovėmis):			52,778	35,703	112,479	965,308
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			53,079	35,729	114,727	973,634
Iš viso dienos davinio (vid.):			52,9285	35,716	113,603	969,471

„*“ - pažymėtas patieklaus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
 A - augalinis

2 savaitė
Penktadienis

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	2.12	150	5,784	2,469	28,491	152,550
Sviestas 7	4.1	4	0,028	3,304	0,032	29,760
Šviesi duona su sviestu 1,7	13.1.1	20/3	1,081	2,638	10,864	68,520
ir ferm. sūriu 7	13.5	10	2,100	2,800	0,200	34,500
Arbatžolių arbata nesald.	6.5	150	0	0	0	0
Iš viso:			8,993	11,211	39,587	285,330

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Tiršta daržovių srb. su pupelėmis ir bulguro kruopomis TA 1	1.26	100	3,420	1,265	11,592	62,443
Ruginė duona 1	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Žuvies maltinukas T 1,3,4	3.6.3	60	13,440	7,153	6,099	141,404
Virtos bulvės TA	11.4	60	1,220	0,061	11,163	49,410
**Daržovės arba	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	70	1,561	0,236	6,938	28,906
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su daržovėmis):			22,129	9,375	63,114	394,348
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			22,430	9,401	65,362	402,674

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sviesto ir grietinės pad. T 1,7	8.4	100/10	4,175	6,041	28,272	187,610
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	50	0,833	4,063	0,784	47,266
Žolelių arbata nesald.	6.5	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			5,008	10,104	29,056	234,876
Iš viso (su daržovėmis):			36,130	30,690	131,757	914,554
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			36,431	30,716	134,005	922,880
Iš viso dienos davinio (vid.):			36,281	30,703	132,881	918,717

„*“ - pažymėtas patieklaus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojantis
 A - augalinis

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kr. košė T _{1,7}	2.4	150	7,722	4,240	25,229	162,360
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	25	0,260	0,110	3,910	15,500
Duoniukai / trapučiai ₁	13.4	10	0,840	0,240	8,200	36,900
Su varškės užtepėle (sald.) ₇	13.2.5	15	1,989	2,130	1,262	32,302
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.5	150	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			11,531	7,000	52,301	302,062

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta bulvių-morkų ir raudonųjų lęšių srb. TA	1.4.6	100	2,185	3,173	10,640	79,287
Skrebučiai TA ₁	13.3	8	1,310	2,850	7,740	39,800
Kiaulienos guliašas T _{1,7}	3.1.4	50/30	14,838	11,591	3,679	247,210
Virtos bulvės TA	11.4	60	1,220	0,061	11,163	49,410
**Daržovės arba	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
Iš viso:			20,813	17,885	37,917	436,298

Vakarienė 15.30 val. (I variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pica su vištiena _{1,7}	9.14	60/60	12,268	9,642	28,097	246,970
Žolelių arbata nesald.	6.5	150	0	0	0	0
Iš viso:			12,268	9,642	28,097	246,970

Vakarienė 15.30 val. (II variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklandžiai su obuoliais	9.8	100	8,019	10,275	30,946	268,970
su jogurto ir uogienės pad. ₇	4.21	35	1,522	0,897	7,736	43,723
Žolelių arbata nesald.	6.5	150	0	0	0	0
Iš viso:			9,541	11,172	38,682	312,693
Iš viso (I var. ir su daržovėmis):			44,612	34,527	118,315	985,330
Iš viso (II var. ir su daržovėmis):			41,885	36,057	128,900	1051,053
Iš viso dienos davinio(vid.):			43,249	35,292	123,608	1018,192

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

T - tausojantis
 A - augalinis

3 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	150	6,135	2,165	27,125	144,550
Sviestas ₇	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Šviesi duona su sviestu ir daržovėmis _{1,7}	13.1.6	30/6/20	1,872	5,256	17,148	117,640
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			8,049	12,377	44,321	306,830

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	100	1,114	2,081	9,033	55,710
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Vištienos kepinukas T ₃	3.2.7	60	16,314	5,618	8,831	142,510
Trošk. ryžių kr. TA	11.2.5	60	1,505	1,396	15,895	78,340
**Daržovės	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			22,838	9,935	65,279	406,65

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	100/10	6,618	3,748	27,458	174,090
Sviesto ir grietinės pad. ₇	4.7	15	0,248	9,008	0,312	82,960
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Žolelių arbata nesald.	6.5	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Viso:			7,406	12,846	29,780	265,870
Iš viso dienos davinio:			38,293	35,158	139,380	979,351

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dr. košė T _{1,7}	2.6	150	6,230	3,224	23,108	146,731
Su sviestu ₇	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Šviesi duona su sviestu _{1,7}	13.1.1	20/4	1,088	3,464	10,872	75,960
Fermentinis sūris ₇	13.5	10	2,100	2,800	0,200	34,500
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			9,46	14,444	34,228	301,831

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Žirnių srb. TA	1.10	100	2,647	2,165	10,813	48,635
Ruginė duona ₁	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Jautienos ir kiaulienos maltinukas T ₃	3.5.4	60	11,270	6,585	3,976	121,194
Virtos bulvės TA	11.4	60	1,220	0,061	11,163	49,410
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	40	0,680	2,870	0,640	34,620
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			19,146	12,457	58,172	383,190

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės pudingas T _{1,3,7}	7.7	120	17,286	12,296	18,835	256,969
Saldus jogurto pad. ₇	4.20	30	1,667	1,000	3,934	31,520
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			18,953	13,296	22,769	288,489
Iš viso dienos davinio:			47,559	40,197	115,169	973,510

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė T ₃	10.3	80	8,837	8,171	2,009	116,830
Šviesi duona su sviestu _{1,7}	13.1.1	25/5	1,360	4,330	13,590	94,950
Ž. žirneliai / kukurūzai (konserv.)	12.4.9	30	1,170	0,120	5,670	25,050
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			12,231	12,957	37,709	302,830

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Daržovių srb. TA	1.15	100	1,312	2,117	8,229	52,830
Su ruginė duona ₁ arba	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
*Trinta daržovių srb. TA	1.4.4	100	1,488	2,159	7,993	52,610
su skrebučiais TA ₁	13.3	10	1,747	3,800	10,320	53,066
Plovas su kalakutiena T	3.3.6	100/40	13,346	11,151	24,991	245,700
1) **Daržovės arba	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
2) Virtos/garintos daržovės TA	11.8	70	1,561	0,236	6,938	28,906
Vidurkis			1,411	0,223	5,814	24,743
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
Iš viso (su daržovių srb. ir rugine duona):			17,994	13,841	52,164	377,784
Iš viso (su trinta daržovių srb. ir skrebučiais):			17,992	17,333	49,123	376,130

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė T ₇	11.1.1	60	1,454	1,957	10,571	65,030
Bulvių košė T ₇	11.1.1	60	1,454	1,957	10,571	65,030
1) su Višt. ir grietinės pad. ₇ arba	4.2.6	35	6,186	4,640	1,027	69,720
2) Grietinės ir sviesto pad. _{1,7}	4.8	25	0,373	4,897	1,385	50,935
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Kefyras ₇	6.8	100	3,400	2,500	4,900	60,000
Iš viso (su višt. Ir grietinės pad.):			13,394	11,204	30,419	274,480
Iš viso (su grietinės ir sviesto pad.):			7,581	11,461	30,777	255,695
Iš viso (su trinta daržovių srb. ir skrebučiais, višt. Ir grietinės pad.):			43,619	38,002	120,292	955,094
Iš viso (su trinta daržovių srb. ir rugine duona ir grietinės ir sviesto pad.):			37,806	38,259	120,650	936,309
Iš viso (su trinta daržovių srb. ir skrebučiais, grietinės ir sviesto pad.):			37,804	41,751	117,609	934,655
Iš viso dienos davinio (vid.):			40,712	39,004	119,711	945,288

3 savaitė
Penktadienis

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	150	6,790	2,835	27,685	161,350
su sviestu 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
Arbatžolių arbata nesald.	6.2	150	0	0	0	0
Iš viso:			11,032	13,391	28,133	274,990

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Agurkinė srb. su perl. kr. TA ₁	1.19	100	1,168	2,185	9,391	58,800
Ruginė duona ₁ arba	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Žuvies maltinukas T _{1,3,4}	3.6.3	60	13,440	7,153	6,099	141,404
Bulvių košė T ₇	11.1.1	60	1,454	1,957	10,571	65,030
**Daržovės arba	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Virtos/garintos daržovės TA	11.8	70	1,561	0,236	6,938	28,906
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,005	0,011
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (su daržovėmis):			20,111	12,191	60,321	406,325
Iš viso (su virtomis/garintomis daržovėmis):			20,412	12,217	62,569	414,651

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kr. srb. T _{1,7} Arba	1.3.1	150	5,532	6,378	18,958	151,660
Pieniška mak. srb. _{1,7} T	1.3.2	150	5,190	2,670	16,515	112,650
su Karštu sumuštinio su sviestu ir fermentiniu sūriu _{1,7} T (1) arba	13.1.7	25/5/10	3,460	7,130	13,790	129,450
Šviesi duona su sviestu ir ferm. sūriu _{1,7} (2) arba	13.1.3	25/5/10	3,460	7,130	13,790	129,450
Su Namine bandele _{1,3,7} (3)	14.5	40	3,743	6,192	23,942	163,958
Iš viso (su pienoška kr.srb. ir 1 var):			8,992	13,508	32,748	281,110
Iš viso (su pienoška kr.srb. ir 2 var):			8,992	13,508	32,748	281,110
Iš viso (su pienoška kr.srb. ir 3 var):			9,275	12,570	42,900	315,618
Iš viso (su pienoška mak.srb. ir 1 var):			8,650	9,800	30,305	242,100
Iš viso (su pienoška mak.srb. ir 2 var):			8,650	9,800	30,305	242,100
Iš viso (su pienoška mak.srb. ir 3 var):			8,933	8,862	40,457	276,608
Iš viso (su daržov. ir pienoška kr.srb. ir 1 var):			40,135	39,090	121,202	962,425
Iš viso (su daržov. ir pienoška kr.srb. ir 2 var):			40,135	39,090	121,202	962,425
Iš viso (su daržov. ir pienoška kr.srb. ir 3 var):			40,418	38,152	131,354	996,933
Iš viso (su daržov. ir pienoška mak. srb. ir 1 var):			39,793	35,382	118,759	923,415
Iš viso (su daržov. ir pienoška mak.srb. ir 2 var):			39,793	35,382	118,759	923,415
Iš viso (su daržov. ir pienoška mak.srb. ir 3 var):			40,076	34,444	128,911	957,923
Iš viso (su virt./gar.darž. pienoška kr.srb. ir 1 var):			40,436	39,116	123,450	970,751
Iš viso (su virt./gar.darž. pienoška kr.srb. ir 2 var):			40,436	39,116	123,450	970,751
Iš viso (su virt./gar.darž. pienoška kr.srb. ir 3 var):			40,719	38,178	133,602	1005,259
Iš viso (su virt./gar.darž. pienoška mak.srb. ir 1 var):			40,094	35,408	121,007	931,741
Iš viso (su virt./gar.darž. pienoška mak.srb. ir 2 var):			40,094	35,408	121,007	931,741
Iš viso (su virt./gar.darž. pienoška mak.srb. ir 3 var):			40,377	34,470	131,159	966,249
Iš viso (vid.):			40,209	36,936	124,489	958,586

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

T - tausojantis
 A - augalinis

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

	Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal
1 savaitė				
1	49,670	32,392	120,906	961,872
2	42,847	36,222	130,853	969,306
3	36,285	29,020	137,565	951,844
4	52,868	39,148	104,729	932,835
5	38,399	32,543	126,589	923,543
2 savaitė				
6	43,462	32,603	122,257	917,343
7	45,468	33,242	136,426	979,240
8	40,946	34,271	132,196	977,560
9	52,929	35,716	113,603	969,471
10	36,281	30,703	132,881	918,717
3 savaitė				
11	43,249	35,292	123,608	1018,192
12	38,293	35,158	139,380	979,351
13	47,559	40,197	115,169	973,510
14	40,712	39,004	119,711	945,288
15	40,209	36,936	124,489	958,586
5 proc. nuokrypis	21-54	21-41	91-160	798-1071

Parengė mitybos specialistė Evelina Sakalauskytė

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 (*Anakardium 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;