

VšĮ Kėdainių ligoninė

7-ių dienų valgiaraštis

Pirmadienis:

DIETA	MENIU	IŠEIGA (g)
Pusryčiai		
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk (b/p)	Manų košė su kviečių sėlenomis	200/250
CD	Tiršta kvietinių dribsnių košė	260
Ptm	Trinta varškė	50
P1; Na	Obuolių džemas	30
V1; V3; V4	Trintos uogos	30/50
P1; Na; V3; V4; Sk	Pilno grūdo bandelė su sezamu	30
V1	Pilno grūdo šviesi duona	30
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
CD	Sviestas 82proc.	10
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Juoda arbata su citrina	300/8
Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
Priešpiečiai		
P1; Na; CD; V3	Obuolys	120
V1; V4; Sk	Keptas obuolys	160
V1	Pienas 2,5proc.	200
V3; V4	Vaistažolių arbata	300
Ptm; Tm	Obuolių tyrė	150
Pietūs		
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Vitamininė daržovių sriuba	250
P1; Na; V1; V3; V4	Ekologiška grietinė 30proc.	20
P1; Na	Pilno grūdo ruginė duona	50
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
P1; Na; V1; V3; V4; Tm	Netikras jautienos-kiaulienos zuikis	100
CD	Kiaulienos kumpio kukuliai	100
Ptm; Sk	Kiaulienos tyrė	
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm	Bulvių košė	130
CD; Sk	Biri grikių kruopų košė	110
P1; Na; V1; V3; V4; Tm	Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su alyv. aliejumi	125
Ptm	Trintos morkos	150
Sk	Garintos daržovės	100
CD	Šv. agurkas (šaltuoju sez. raugintas)	125
P1; Na; CD (b/c); V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Kompotas	300
Pavakariai		
CD	Silkė su pomidoru ir grietine 30proc.	50/40
CD	Viso grūdo ruginė duona	25
CD	Vaistažolių arbata b/c	300
Ptm; Tm	Kefyras	300

Vakarienė		
P1; Na; CD (b/c); V1; V3; V4; Tm	Varškės apkepas	200
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Ekologiška grietinė 30proc.	30
P1; Na; V1; V3; V4; Tm	Trintos uogos	30
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Žalioji arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
V1	Viso grūdo šviesi duona	25
Ptm, Sk (b/p)	Ryžių kruopų košė	300
Naktipiečiai		
P1; Na; V3; V4; Sk	Traškučiai	40
P1; Na; V1; V3; V4; Sk	Juoda arbata (b/c)	300
CD	Pienas 2,5proc.	200
CD; V1	Viso grūdo ruginė duona	25

Antradienis:

DIETA	MENIU	IŠEIGA (g)
Pusryčiai		
P1; Na; CD; Sk (b/p), Ptm; Tm	Pilno grūdo avižinių dribsnių košė su sėlenom	250
V1; V3; V4	Pilno grūdo avižinių dribsnių košė su sėlenom su obuoliais ir cinamonu	200/300
P1; Na; V1; V3; V4	Trintos uogos	35
CD	Sviestas 82proc.	10
P1; Na; V1	Pilno grūdo šviesi duona	25
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
V3; V4; Sk	Ryžių trapučiai	15
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Sk; Ptm; Tm	Žalioji arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Sk; Ptm; Tm	Cukrus	5
Priešpiečiai		
P1; Na	Apelsinas	160
CD	Virtas obuolys įdarytas varške	150/50
V1; V3; V4	Bananas	130/170
V3; V4	Vaistažolių arbata	300
Ptm; Tm	Kisielius	250
Sk	Keptas obuolys	150
Pietūs		
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm	Žirnių sriuba	200
Ptm	Kopūstų sriuba	250
Sk	Vištienos sultinys	300
P1; Na; V1	Pilno grūdo ruginė duona	30
CD	Viso grūdo ruginė duona	25
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm	Vištienos troškiny	80
Ptm	Vištienos tyrė	110
Sk	Garuose virtas vištienos kukulis	100
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm; Sk	Birų ryžių kruopų košė	150
Ptm	Petrinta perlinių kruopų košė	100
Ptm	Šutintų burokėlių tyrė	125
Sk	Šutintos daržovės	100
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm	Morkų ir salietų salotos su alyv. aliejumi	135
P1; Na; CD (b/c); V1; V3; V4; Sk; Ptm; Tm	Kompotas	300
Pavakariai		
CD	Pekino, morkų salotos su paprika, porais, salierais, ir alyv.aliejumi	100
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
CD; V1	Vaistažolių arbata	300
Ptm; Tm	Jogurtas 2,5proc.	125
Vakarienė		
P1; Na; V1; V3; V4	Pikantiški bulvinukai	170
P1; Na; V1; V3; V4	Jogurtas 2,5proc.	50
P1; Na; V1; V3; V4	Avižinis sausainis	30
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
CD	Grikių kruopos su kiauliena ir šparaginėmis pupelėmis	250
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	20
CD	Šviežias arba raugintas agurkas	50
Ptm; Tm; Sk (b/p)	Kvietinių kruopų košė	300

Naktipiečiai		
P1; Na; Tm	Jogurtas su vaisiais 2,5proc.	100
CD	Natūralus jogurtas be priedų	125
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm; Sk	Vaistažolių arbata	300
V1; V3; V4	Viso grūdo duona su sviestu, saulėgrąžų, linų sėmenų, sezamo sėklų užtepėle	40
Sk	Duoniukai	30

Trečiadienis:

DIETA	MENIU	IŠEIGA (g)
Pusryčiai		
P1; Na; CD; Ptm; Tm	Natūralus omletas	190
V1; V3; V4	Natūralus omletas su fermentiniu sūriu	90-170/20
P1; Na	Švieži arba rauginti agurkai	50
CD; V1; V3; V4	Konservuoti žirneliai	100
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Sviestas 82proc.	10
P1; Na; V1; V3; V4	Juoda, ruginė pilno grūdo duona	25
CD	Juoda, ruginė viso grūdo duona	60
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Juoda arbata su citrina	300/8
Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
Sk	Ryžių kruopų košė (b/p)	300
Priešpiečiai		
P1; Na; V1; V4; Ptm; Tm (trinta); Sk	Keptas obuolys	200
CD	Obuolys	220
V3	Kriaušė	170
V3; V4	Vaistažolių arbata	300
V1	Kefyras 2,5proc.	200
Sk	Ryžių trapučiai	20
Pietūs		
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm	Rūgštynių sriuba, grietinė 30proc.	250/5
P1; Na; V1; V3; V4	Pilno grūdo ruginė duona	60
Sk	Kruopų sriuba su bulvėmis	250
CD	Viso grūdo ruginė duona	50
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk (be druskos)	Kalakutienos maltinis su morkomis	100
P1; Na; V1; V3; V4; Tm	Bulvių košė	130
CD; Sk	Biri rudų ryžių kruopų košė	150
Ptm	Perlinių kruopų košė	150
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Pekino salotos su agurkais, morkomis, konserv.kukurūzais ir lyv.aliejumi	120
Ptm; Tm (trinta); Sk	Žiediniai kopūstai	125
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Kompotas	300
Pavakariai		
CD	Morkų salotos su sezamo sėklomis ir alyv. aliejumi	100
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	30
CD	Vaistažolių arbata	300
Ptm; Tm	Kisielius	300
Vakarienė		
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Pieniška ryžių sriuba su daržovėmis	270
P1; Na; CD; V3; V4	Viso grūdo juoda duona	30/60
P1; Na; CD; V3; V4; Sk	Juoda arbata	300
V1	Kakava su pienu 2,5proc.	200
P1; Na; V1; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
Ptm; Tm	Vaistažolių arbata	300
Ptm; Tm; Sk	Trinta grikių košė	330
Tm; Sk	Batonas	30
Naktipiečiai		
P1; Na; V3; V4	Jogurtas su vaisiais 2,5proc.	125
P1; Na; CD; V3; V4; Sk	Vaistažolių arbata	300

CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
V1	Varškė	100
V1	Trintos uogos	60
V1	Juoda arbata	300
Sk	Trapučiai	30

Ketvirtadienis:

DIETA	MENIU	IŠEIGA (g)
Pusryčiai		
P1; Na, Sk (b/p)	Miežinių kruopų košė su sviestu 82proc.	250
Ptm; Tm	Avižinių dribsnių košė	250
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Varškė	70
P1; Na; V1; V3; V4	Trintos uogos	30
CD	Grietinė 30proc.	25
P1; Na; CD; V1	Sviestas 82proc.	10
P1; Na; V3; V4	Sėlenų duona	35
CD; V1	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
Tm; Sk	Batonas	30
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Juoda arbata su citrina	300/8
Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
Priešpiečiai		
P1; Na; V1; V3; V4	Kriaušė	150/170
CD	Obuolys	180
V1	Pienas 2,5proc.	200
V3; V4	Vaistažolių arbata	300
Ptm; Tm; Sk	Razinių kisielius (b/c)	300
Sk	Traškučiai	25
Pietūs		
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm	Agurkinė sriuba, grietinė 30proc.	200/5
Ptm; Sk	Bulvienė su kietagrūdžiais vermišeliais	200
P1; Na; V1; V3; V4;	Pilno grūdo juoda duona	20
CD	Viso grūdo ruginė duona	50
Tm; Sk	Batonas	30
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm; Sk (be druskos)	Plovas su kiauliena	250
Ptm	Kiauliena su morkomis	
Ptm	Ryžių kruopų košė	
CD	Šv. kopūstų salotos su salierų stiebais ir alyv. aliejumi / šaltuoju sezonu rauginti kopūstai	125
P1; Na; V1; V3; V4; Sk	Burokėlių salotos su alyv. aliejumi	125
P1; Na; CD (b/c); V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Kompotas	300
Pavakariai		
P1; Na; CD	Vaistažolių arbata	300
CD	Morkų salotos su alyv. aliejumi	100
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
Ptm; Tm	Jogurtas 2,5proc.	125
Ptm; Tm	Juoda arbata	300
Vakarienė		
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm	Daržovių troškinys	270
Ptm; Sk (b/p)	Kukurūzų kruopų košė	300
Ptm	Trinta varškė	50
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Viso grūdo juoda duona	50
Tm; Sk	Batonas	30
P1; Na;	Virtas kiaulienos kumpis	50
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Žalioji arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
P1; Na	Grikių trapučiai	50
V1	Fermentinis sūris 45proc.	30

Naktipiečiai		
P1; Na; V1; V3; V4, Sk	Traškučiai	40
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Sk	Juoda arbata b/c	300
CD	Natūralus jogurtas be priedų	125
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50

Penktadienis:

DIETA	MENIU	IŠEIGA (g)
Pusryčiai		
P1; Na; V1; V3; V4	Tiršta ryžių kruopų košė su džiovintais abrikosais	250
CD	Rudųjų ryžių kruopų košė	250
Ptm; Tm; Sk (b/p)	Tiršta ryžių kruopų košė	250
CD; V1	Sviestas 82proc.	10
P1; Na; V3; V4	Pilno grūdo bandelė su sezamu	30
CD; V1	Viso grūdo juoda ruginė duona	30
Tm; Sk	Batonas	30
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Žalioji arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
V1	Fermentinis sūris	20
Ptm; Tm	Varškė	60
Priešpiečiai		
P1; Na; CD; V1	Apelsinas	130/200
V3; V4	Obuolys	120
V3; V4	Vaistažolių arbata	300
V1	Pasukos 0,3proc.	200
Ptm; Tm; Sk	Keptas obuolys	150
Pietūs		
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Pupelių sriuba, grietine 30proc.	200/5
Ptm; Tm; Sk	Kvietinių kruopų sriuba su daržovėmis	250
P1; Na; V1	Pilno grūdo juoda ruginė duona	25
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
Tm; Sk	Batonas	40
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Sk (be druskos)	Garuose keptas žuvies maltinukas	100
Ptm; Tm	Trinti žuvies maltiniai	100
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Biri grikių kruopų košė	150
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm	Šv. kopūstų salotos su paprika ir alyv. aliejumi	125
Ptm	Burokėlių tyrė	150
Sk	Troškintos morkos	50
P1; Na; CD (b/c); V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Kompotas	300
Pavakariai		
CD	Morkų ir porų salotos su alyv. aliejumi	100
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
CD	Juoda arbata	300
Ptm; Tm	Kefyras 2,5proc.	250
Vakarienė		
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Varškės ir sorų kruopų apkepas	180
Ptm; Tm	Daržovių košė	300
Sk	Kvietinių kruopų košė b/p	300
P1; Na	Trintos uogos	40
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Grietinė 30proc.	20
V1	Viso grūdo šviesi duona	50
Tm; Sk	Batonas	30
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
Naktipiečiai		

P1; Na; V1; V3; V4; Sk	Meduolis	40
P1; Na; V1; V3; V4; Sk	Juoda arbata b/c	300
CD	Natūralus jogurtas be priedų	125
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
CD	Vaistažolių arbata	300

Šeštadienis:

DIETA	MENIU	IŠEIGA (g)
Pusryčiai		
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk (b/p)	Trijų grūdų košė su sėlenomis	250/8
CD; V1	Sviestas 82proc.	10/15
P1; Na	Bandelė su sezamu	30
V1; V3; V4	Pilno grūdo šviesi duona	50
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
Tm; Sk	Batonas	30
V1	Virtas kalakutienos kumpis a/r	50
P1; Na; CD (b/c)	Kakava su liesu pienu	200
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
V1; V3; V4	Žalioji arbata	300
Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
Priešpiečiai		
P1; Na; CD	Obuolys	200
V1	Bananas	170
V3; V4	Apelsinas	120
V1; V3; V4	Vaistažolių arbata	300
Ptm; Tm; Sk	Keptas obuolys	200
Pietūs		
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm	Šviežių/raugintų kopūstų sriuba	200/5
Ptm; Sk	Grikių sriuba	200
P1; Na; V1; V3; V4	Pilno grūdo juoda duona	50
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
Tm; Sk	batonas	50
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm	Virtas vištienos maltinis	100
Ptm; Sk	Virta vištiena	100
P1; Na	Pieno padažas	25
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Sk	Biri perlinių kruopų košė	150
Ptm	Ryžių kruopų košė	150
P1; Na; V1; V3; V4	Morkų salotos su alyv. aliejumi	125
CD	Morkų salotos su obuoliu ir natūraliu jogurtu	120
Ptm; Sk	Šutintos morkos	
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Kompotas	300
Pavakariai		
CD	Šviežių kopūstų salotos su obuoliais ir alyv. aliejumi	120
CD	Vio grūdo juoda ruginė duona	25
CD	Vaistažolių arbata	300
Ptm; Tm	Jogurtas 2,5proc.	125
Vakarienė		
P1; Na; V1; V3; V4	Pieniška makaronų sriuba	300
Ptm; Tm; Sk (b/p)	Sorų kruopų košė	250
P1; Na; V1	Viso grūdo šviesi duona	50
V3; V4	Sėlenų duona	30
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
Tm; Sk	Batonas	30
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
CD	Natūralus omletas	150
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
CD	Vaistažolių arbata	300
V1	Avižinis sausainis	50
V3; V4	Raugintos pasukos 0,3proc.	200
Naktipiečiai		

P1; Na	Varškės sūris 7,7proc.	100
V3; V4	Trapučiai spelta	20
V1	Varškės sūrelis be glaisto	80
Sk	Ryžių trapučiai	30
P1; Na; V1; V3; V4	Juoda arbata b/c	300
CD	Natūralus jogurtas be priedų	130
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25

Sekmadienis:

DIETA	MENIU	IŠEIGA (g)
Pusryčiai		
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Virti kiaušiniai	80(2vnt.)
Ptm; Tm; Sk (b/p)	Miežinių kruopų košė	200
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Sviestas 82proc.	10
P1; Na	Žirneliai su majonezu	100/30
CD	Konservuoti žalieji žirneliai	100
P1; Na; V1; V3; V4	Pilno grūdo juoda ruginė duona	50
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
P1; Na; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
V1; V3; V4	Obuolys	120/170
V3; V4	Pomidoras	40
V1	Kopūstų salotos su pomidoru ir alyv. aliejumi	120
Priešpiečiai		
P1; Na; CD	Obuolys	120
V1; V3; V4	Daržovių salotos	220/250
V1; V3; V4	Pilno grūdo ruginė duona	25/50
Ptm; Tm; Sk	Razinų kisielius b/c	250
Ptm; Tm; Sk	Kepti obuoliai	200
Pietūs		
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Burokėlių sriuba, grietinė 30proc.	200/5
Sk	Makaronų sriuba	200
P1; Na; V1; V3; V4	Pilno grūdo juoda duona	50
CD	Viso grūdo ruginė duona	50
Tm; Sk	Batonas	40
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Tm; Sk (be druskos)	Kiaulienos maltinukas	100
Ptm	Virta kiaulienos tyrė su morkomis	100
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Biri miežinių kruopų košė	150
P1; Na; CD; V1; V3; V4	Troškintos morkos su žirneliais	125
Ptm; Tm; Sk	Troškintos daržovės	125
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Kompotas	300
Pavakariai		
P1; Na	Daržovių salotos	200
P1; Na; CD; V1	Vaistažolių arbata	300
CD	Morkų salotos su alyv. aliejumi	100
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	25
Ptm; Tm	Kefyras 2,5proc.	
Vakarienė		
P1; Na; V1; V3; V4	Grikių kruopos su liesa mėsa ir šparaginėmis pupelėmis	270
P1; Na; V1; V3; V4	Pilno grūdo juoda ruginė duona	50
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
Tm; Sk	Batonas	30
V1	Sviestas 82proc.	10
P1; Na	Džiuvėsėliai	30
V3; V4	Avižinis sausainis	50
P1; Na; CD; V1; V3; V4; Ptm; Tm; Sk	Juoda arbata	300
P1; Na; Ptm; Tm; Sk	Cukrus	5
CD	Pieniška perlinių kruopų sriuba	280
Ptm; Tm; Sk (b/p)	Tiršta kvietinių kruopų košė	300

Naktipiečiai		
P1; Na; V1; V3; V4	Juoda arbata b/c	300
CD	Kefyras 2,5proc.	250
CD	Viso grūdo juoda ruginė duona	50
V1	Varškė su sezoninėmis uogomis ir vaisiais	100
V1	Avižiniai sausainiai	70
V3; V4	Jogurtas 2,5proc.	125