

## SALOTOS



### Lapinės salotos su ridikėliais ir šviežiais agurkais (A) (TK Nr. Se-S1)

**Sudedamosios dalys:** salotos, agurkai, ridikėliai, krapai, aliejus, citrinos, druska, pipirai.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,07 g R – 6,72 g A – 3,26 g Kcal – 78



### AGURKŲ IR POMIDORŲ SALOTOS SU NERAFINUOTU, ŠALTO SPAUDIMO ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A) (TK Nr. Se-S1.1)

**Sudedamosios dalys:** salotos, agurkai, pomidorai, krapai, aliejus, citrinos, druska, pipirai.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,05 g R – 4,00 g A – 3,32 g Kcal – 53



### ŠVIEŽIŲ AGURKŲ LAZDELĖS APŠLAKSTYTOS NERAFINUOTO ALYVUOGIŲ ALIEJAUS UŽPILU (A) (TK Nr. Se-S1.2)

**Sudedamosios dalys:** agurkai, krapai, aliejus, citrinos, druska, pipirai.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 0,83 g R – 8,59 g A – 3,45 g Kcal – 94



### ŠVIEŽIŲ AGURKŲ IR MORKŲ LAZDELĖS SU ČESNAKAIŠ, SEZAMŲ SĖKLomis, APŠLAKSTYTOS ALYVUOGIŲ ALIEJAUS UŽPILU (A) (TK Nr. Se-S2)

**Sudedamosios dalys:** agurkai, morkos, sezamų sėklos, česnakai, aliejus, citrinos.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 3,04 g R – 15,75 g A – 5,89 g Kcal – 177



### ŠVIEŽIŲ AGURKŲ IR MORKŲ LAZDELĖS SU ČESNAKAIŠ APŠLAKSTYTOS NERAFINUOTO ALYVUOGIŲ ALIEJAUS UŽPILU (A) (TK Nr. Se-S2.1)

**Sudedamosios dalys:** agurkai, morkos, česnakai, aliejus, citrinos.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 0,88 g R – 11,35 g A – 4,80 g Kcal – 125

## SALOTOS



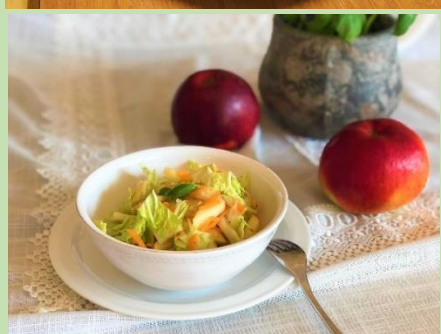
### PEKININIO KOPŪSTO SALOTOS SU AGURKAIS (A) (TK Nr. Se-S3)

**Sudedamosios dalys:** pekininiai kopūstai, agurkai, citrinos, svogūnų laiškai, petražolės, aliejus, druska, pipirai.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,07 g R – 5,75 g A – 3,20 g Kcal – 69



### PEKININIO KOPŪSTO SALOTOS SU MORKOMIS IR OBUOLIAIS (TK Nr. Se-S4)

**Sudedamosios dalys:** pekininiai kopūstai, obuoliai, morkos, saliero lapkotis, natūralus jogurtas, česnakai, krapai, citrinos, druska.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,33 g R – 0,47 g A – 5,40 g Kcal – 31



### ŠVIEŽI PJAUSTYTI POMIDORAI SU ŠPINATAIS APŠLAKSTYTI NERAFINUOTO ALYVUOGIŲ ALIEJAUS UŽPILU (A) (TK Nr. Se-S5)

**Sudedamosios dalys:** pomidorai, špinatai, aliejus, pipirai, druska.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,46 g R – 5,29 g A – 3,88 g Kcal – 69



### PEKININIO KOPŪSTO SALOTOS SU KANAPIŲ SĖKLOMIS (A) (TK Nr. Se-S6)

**Sudedamosios dalys:** pekininiai kopūstai, morkos, kanapių sėklos, druska, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 5,70 g R – 12,61 g A – 4,98 g Kcal – 156



### ŠVIEŽIOS TARKUOTŲ CUKINIJŲ, MORKŲ IR MOLIŪGŲ SALOTOS SU SEZAMŲ IR MOLIŪGŲ SĖKLOMIS (A) (TK Nr. Se-S7)

**Sudedamosios dalys:** cukinijos, morkos, moliūgai, aliejus, medus, citrinų sultys, druska, pipirai, sezamų sėklos, moliūgų sėklos, žalumynai.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 2,41 g R – 5,18 g A – 8,59 g Kcal – 91

## SALOTOS



### RAUDONGŪŽIŲ KOPŪSTŲ SALOTOS SU RIDIKĖLIAIS (A) (TK Nr. Se-S8)

**Sudedamosios dalys:** gūžiniai kopūstai, ridikėliai, agurkai, svogūnlaiškiai, druska, pipirai, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,37 g R – 2,55 g A – 4,89 g Kcal – 48



### ICEBERG SALOTOS SU AGURKU, MORKOMIS, ŠPINATAIS IR SEZAMŲ SĖKLOMIS (A) (TK Nr. Se-S9)

**Sudedamosios dalys:** iceberg salotos, agurkai, morkos, špinatai, sezamų sėklos, sojų padažas.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,22 g R – 0,41 g A – 4,12 g Kcal – 25



### KEPTŲ CUKINIJŲ, ŽIRNELIŲ IR MĖTŲ SALOTOS (T) (TK Nr. Se-S10)

**Sudedamosios dalys:** cukinijos, aliejus, žalieji žirneliai, prieskoninės žolelės, pipirai, mėtos, druska, sojų padažas.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 3,53 g R – 1,65 g A – 9,54 g Kcal – 67



### RIDIKĖLIŲ IR APELSINŲ SALOTOS SU GRAŽGARSTĖMIS (A) (TK Nr. Se-S11)

**Sudedamosios dalys:** apelsinai, ridikėliai, gražgarstės, sezamų sėklos, citrinos, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 3,60 g R – 1,43 g A – 8,61 g Kcal – 62



### KEPTŲ BUROKĖLIŲ IR APELSINŲ SALOTOS (A) (TK Nr. Se-S12)

**Sudedamosios dalys:** burokėliai, aliejus, apelsinai, svogūnai, medus, aliejus, citrinos, druska, pipirai.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,16 g R – 13,19 g A – 11,13 g Kcal – 168

## SALOTOS



### MORKŲ SALOTOS SU RAZINOMIS IR SAULĖGRAŽOMIS (A) (TK Nr. Se-S13)

**Sudedamosios dalys:** morkos, razinos, saulėgražos, druska, pipirai, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 4,07 g R – 13,44 g A – 18,38 g Kcal – 211



### PEKININIŲ KOPŪSTŲ SALOTOS SU KRIAUSĖMIS, SALIERU IR PAPRIKA (A) (TK Nr. Se-S14)

**Sudedamosios dalys:** pekininiai kopūstai, kriaušės, salierų šaknys, paprikos, svogūnlaiškiai, petražolės, citrinos, druska, pipirai, prieskoninės žolelės, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,49 g R – 5,33 g A – 5,84 g Kcal – 77



### MORKŲ, OBUOLIŲ IR SALIERŲ SALOTOS SU SAULĖGRAŽOMIS (A) (TK Nr. Se-S15)

**Sudedamosios dalys:** morkos, obuoliai, saliero lapkotis, saulėgražos, druska, citrinos.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,30 g R – 1,33 g A – 9,02 g Kcal – 53



### Morkų, obuolių ir salierų salotos su saulėgražomis ir nerafinuotu, šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (A) (TK Nr. Se-S15.1)

**Sudedamosios dalys:** morkos, obuoliai, saliero lapkotis, saulėgražos, druska, citrinos, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,29 g R – 2,51 g A – 8,90 g Kcal – 63



### BALTAGŪŽIŲ KOPŪSTŲ SALOTOS SU AGURKAIS (A) (TK Nr. Se-S16)

**Sudedamosios dalys:** agurkai, svogūnai, druska, aliejus, morkos, gūžiniai kopūstai, citrinos, pipirai.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,25 g R – 5,19 g A – 5,46 g Kcal – 74

## SALOTOS



### **BUROKĖLIŲ IR SALIERŲ SALOTOS SU ŠALTO SPAUDIMO NERAFINUOTU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A)** (TK Nr. Se-S17)

**Sudedamosios dalys:** burokėliai, salierų šaknys, svogūnai, druska, aliejus, pipirai, citrinos.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,56 g R – 6,35 g A – 9,21 g Kcal – 100



### **ŽIEDINIŲ KOPŪSTŲ, POMIDORŲ SALOTOS SU ŠALTO SPAUDIMO ALYVUOGIŲ ALIEJUMI IR SEZAMŲ SĖKLOMIS (A)** (TK Nr. Se-S18)

**Sudedamosios dalys:** žiediniai kopūstai, pomidorai, agurkai, krapai, sezamų sėklos, aliejus, pipirai, druska.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,55 g R – 6,43 g A – 3,84 g Kcal – 79



### **ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ SALOTOS SU AGURKAIS, ŽALUMYNAIS, KANAPIŲ IR SAULĖGRAŽŲ SĖKLOMIS BEI ŠALTO SPAUDIMO ALYVUOGIŲ ALIEJAUS UŽPILU (A)** (TK Nr. Se-S19)

**Sudedamosios dalys:** gūžiniai kopūstai, agurkai, svogūnlaiškiai, petražolės, druska, aliejus, citrinos, saulėgražos, kanapių sėklos.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 2,35 g R – 8,48 g A – 4,44 g Kcal – 103



### **ŠVIEŽIŲ AGURKŲ SALOTOS SU SALIERAIS IR KRAPAIS (A)** (TK Nr. Se-S20)

**Sudedamosios dalys:** agurkai, saliero lapkotis, krapai, druska, pipirai, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 0,85 g R – 2,22 g A – 2,68 g Kcal – 34



### **ICEBERG SALOTOS SU PAPRIKOMIS IR NERAFINUOTU, ŠALTO SPAUDIMO ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A)** (TK Nr. Se-S21)

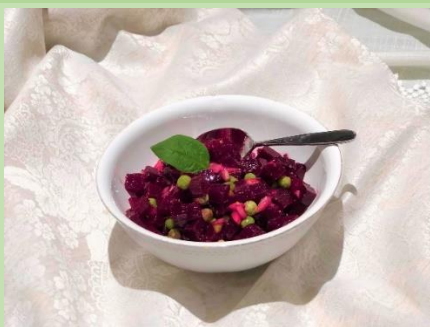
**Sudedamosios dalys:** iceberg salotos, paprikos, citrinos, druska, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 0,94 g R – 2,23 g A – 3,51 g Kcal – 38

## SALOTOS



### **BUROKĖLIŲ SALOTOS SU ŽALIAISIAIS ŽIRNELIAIS IR NERAFINUOTU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A)** (TK Nr. Se-S22)

**Sudedamosios dalys:** burokėliai, žirneliai, svogūnai, aliejus, druska, pipirai, citrinos, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,54 g R – 1,96 g A – 7,05 g Kcal – 52



### **ŠVIEŽIŲ MORKŲ IR KOPŪSTŲ SALOTOS SU SEZAMŲ SĖKLomis IR NERAFINUOTU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (A)** (TK Nr. Se-S23)

**Sudedamosios dalys:** morkos, gūžiniai kopūstai, druska, sezamų sėklos, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 2,04 g R – 9,44 g A – 6,78 g Kcal – 120



### **ŠVIEŽI SALOTŲ LAPAI IR PJAUSTYTI VYŠNINIAI POMIDORIUKAI APŠLAKSTYTI NERAFINUOTO ALYVUOGIŲ ALIEJAUS UŽPILU (A)** (TK Nr. Se-S24)

**Sudedamosios dalys:** salotos, vyšniniai pomidoriukai, krapai, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,08 g R – 10,07 g A – 2,97 g Kcal – 107



### **KALIAROPIŲ - OBUOLIŲ SALOTOS SU NATŪRALIU JOGURTU (2.5%)** (TK Nr. Se-S25)

**Sudedamosios dalys:** kaliaropės, obuoliai, natūralus jogurtas, druska, pipirai.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 1,83 g R – 0,74 g A – 7,11 g Kcal – 42



### **AGURKŲ, PIMIDORŲ IR RIDIKĖLIŲ SALOTOS APŠLAKSTYTOS NERAFINUOTO ALYVUOGIŲ ALIEJAUS UŽPILU (A)** (TK Nr. Se-S26)

**Sudedamosios dalys:** agurkai, pomidorai, ridikėliai, druska, pipirai, citrinos, aliejus.

[Isigyti](#)

**100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:**

B – 0,96 g R – 2,92 g A – 3,61 g Kcal – 45

## SALOTOS



### RAUGINTI KOPŪSTAI SU LINŲ SĖMENŲ IR ALYVUOGIŲ ALIEJUMI BEI LUKŠTENTOMIS KANAPIŲ SĖKLomis (A) (TK Nr. Se-S27)

**Sudedamosios dalys:** rauginti kopūstai, kanapių sėklos, petražolės, aliejus.

[Isigyti](#)

#### 100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:

B – 2,49 g R – 6,32 g A – 5,48 g Kcal – 89



### Raugintų kopūstų salotos su svogūnais (A) (TK Nr. Se-S28)

**Sudedamosios dalys:** rauginti kopūstai, svogūnai, krapai, cukrus, aliejus.

[Isigyti](#)

#### 100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:

B – 1,54 g R – 3,31 g A – 6,20 g Kcal – 61



### SMIDRŲ IR POMIDORŲ SALOTOS APŠLAKSTYTOS NERAFINUOTO ALYVUOGIŲ ALIEJAUS UŽPILU (A) (TK Nr. Se-S29)

**Sudedamosios dalys:** smidrai, vanduo, vyšniniai pomidoriukai, druska, pipirai, citrinos, aliejus.

[Isigyti](#)

#### 100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:

B – 1,62 g R – 2,14 g A – 3,82 g Kcal – 41



### PEKININIO KOPŪSTO SALOTOS SU KUKURŪZAIS (A) (TK Nr. Se-S30)

**Sudedamosios dalys:** pekininiai kopūstai, konservuoti kukurūzai, citrinos, druska, pipirai, aliejus.

[Isigyti](#)

#### 100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:

B – 1,79 g R – 2,34 g A – 10,09 g Kcal – 69



### KALIARAPIŲ SALOTOS SU AGURKAIS IR MORKOMIS (A) (TK Nr. Se-S31)

**Sudedamosios dalys:** kaliaropės, agurkai, morkos, aliejus, citrinos, druska, pipirai.

[Isigyti](#)

#### 100 g patiekalo maistinė ir energinė vertė:

B – 1,45 g R – 3,29 g A – 5,45 g Kcal – 57