

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

**UAB „Sotega“
Skuodo skyrius**

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė

D. Kazlauskienė

Pranciškaus Žadeikio gimnazija

Vytauto g.14, Skuodas

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

__15__ DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

__11__ ir vyr. __

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 040614

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-118C | 150 g. | 3,76 | 2,70 | 12,88 | 80,64 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Varškės 9% apkepas (tausojantis) | AAPK-18 | 150 g. | 19,23 | 9,75 | 45,92 | 352,86 |
| Obuolių padažas | PADN-15D | 20 g. | 0,02 | 0,02 | 2,07 | 8,23 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41 | 100 g. | 1,03 | 8,66 | 5,98 | 98,57 |
| Vanduo su citrina | GERN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 0,40 | 0,30 | 13,40 | 52,00 |
| | | | 25,84 | 21,71 | 92 | 644,08 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-118C | 150 g. | 3,76 | 2,70 | 12,88 | 80,64 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Troškinta vištiena su ciberžole (tausojantis) | AKMPN-203A | 70 g. | 10,69 | 10,61 | 5,77 | 155,43 |
| Bulvių tyrė (tausojantis) | GGARN-15A | 130 g. | 2,93 | 0,65 | 21,49 | 102,36 |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-149H | 150 g. | 1,89 | 9,24 | 16,03 | 144,07 |
| Geriamas vanduo | GERN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 0,40 | 0,30 | 13,40 | 52,00 |
| | | | 20,97 | 23,72 | 80,03 | 581,94 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikinei einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-3BB | 150 g. | 1,06 | 1,17 | 8,42 | 45,08 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Miltiniai blynėliai | AMLTN-32B | 150 g. | 10,15 | 10,29 | 64,99 | 387,09 |
| Grietinė 30% | IVNT-14A | 10 g. | 0,24 | 3,00 | 0,31 | 29,40 |
| Šviežių daržovių salotos su aliejumi (kopūs,mork,obuol,svog) (augalinis) | GSALN-26F | 80 g. | 0,84 | 4,19 | 6,98 | 63,70 |
| Raugintų pasukų kokteilis su uogomis ir bananais | GĖRN-91 | 150 g. | 3,82 | 1,29 | 12,52 | 74,67 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 18,21 | 20,36 | 114,68 | 690,38 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|------------|----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-3BB | 150 g. | 1,06 | 1,17 | 8,42 | 45,08 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis) | AKMPN-119J | 60/20 g. | 12,16 | 14,89 | 2,22 | 190,58 |
| Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-1K | 110 g. | 2,79 | 4,04 | 30,17 | 161,58 |
| Šviežių daržovių salotos su aliejumi (kopūs,mork,obuol,svog) (augalinis) | GSALN-26 | 100 g. | 1,06 | 5,25 | 8,71 | 79,63 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 19,27 | 25,83 | 72,27 | 571,65 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-38AA | 150 g. | 0,95 | 2,41 | 6,29 | 46,85 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Sklindžiai su varške 9% | AMLTN-22 | 150 g. | 12,49 | 14,87 | 56,92 | 406,55 |
| Grietinė 30% | IVNT-14A | 10 g. | 0,24 | 3,00 | 0,31 | 29,40 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Traškios morkų lazdelės (augalinis) | IVNT-101F | 80 g. | 0,80 | 0,16 | 6,96 | 24,80 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 16,28 | 21,12 | 95,23 | 612,38 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-38AA | 150 g. | 0,95 | 2,41 | 6,29 | 46,85 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 1,94 | 0,33 | 15,69 | 71,17 |
| Vištienos ir grikių troškinys (tausojantis) | AKMPN-58F | 66/164 g. | 17,44 | 12,23 | 27,69 | 286,09 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44M | 120 g. | 1,18 | 10,82 | 6,64 | 119,78 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8G | 120 g. | 0,48 | 0,48 | 15,60 | 63,60 |
| | | | 22,09 | 26,33 | 73,2 | 591,83 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Daržovių sriuba (kopūst,mork,bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis) | SRIN-104W | 150 g. | 1,03 | 2,51 | 7,09 | 51,25 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Makaronai su morkomis ir vištiena (tausojantis) | AMLTN-55L | 89/28/32 g. | 9,97 | 13,03 | 22,99 | 246,33 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis) | GSALN-12 | 100 g. | 1,43 | 5,66 | 6,96 | 76,71 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 104,00 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 1,20 | 0,30 | 23,10 | 97,00 |
| | | | 20,73 | 26,72 | 78,6 | 622,73 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|------------|----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Daržovių sriuba (kopūst,mork,bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis) | SRIN-104W | 150 g. | 1,03 | 2,51 | 7,09 | 51,25 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 1,94 | 0,33 | 15,69 | 71,17 |
| Lydeka troškinta su daržovėmis (mork,svog.) pomidorų padaže(tausojantis) | AŽUVPN-10C | 70/60 g. | 17,27 | 5,24 | 5,35 | 135,15 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13J | 120 g. | 2,47 | 0,12 | 22,62 | 100,12 |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-75Ž | 130 g. | 1,37 | 10,40 | 11,20 | 131,95 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 1,20 | 0,30 | 23,10 | 97,00 |
| | | | 25,38 | 18,96 | 86,34 | 590,98 |

Direktorius pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|----------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRIN-39L | 150 g. | 3,12 | 2,19 | 11,72 | 73,87 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Kiaulienos šnicelis | AKMPN-7H | 80 g. | 10,52 | 16,88 | 12,40 | 240,47 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5F | 120 g. | 6,14 | 4,12 | 34,22 | 189,40 |
| Burokėliai su užpilu (augalinis) | GSALN-55 | 100 g. | 1,55 | 5,10 | 10,21 | 84,82 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 23,03 | 28,91 | 92,01 | 689 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-----------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRIN-39L | 150 g. | 3,12 | 2,19 | 11,72 | 73,87 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Vištienos gabaliukai morkų, kmylių ir pomidorų padaže (tausojantis) | AKMPN-199 | 60/100 g. | 13,45 | 10,03 | 9,34 | 175,91 |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-3H | 120 g. | 3,92 | 4,31 | 30,08 | 165,82 |
| Burokėliai su užpilu (augalinis) | GSALN-55L | 110 g. | 1,70 | 5,61 | 11,23 | 93,31 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 23,89 | 22,76 | 85,83 | 609,35 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pupelių sriuba(augalinis) (tausojantis) | SRIN-30J | 150 g. | 3,17 | 2,02 | 11,94 | 70,96 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Orkaitėje kepta vištienos filė su kukurūzų dribsniais (tausojantis) | AKMPNN-163 | 70 g. | 14,52 | 16,73 | 8,82 | 215,47 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13 | 100 g. | 2,06 | 0,10 | 18,85 | 83,43 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41Š | 90 g. | 0,93 | 7,79 | 5,38 | 88,70 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 1,20 | 0,30 | 23,10 | 97,00 |
| | | | 23,28 | 27,22 | 79,84 | 607,34 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|----------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pupelių sriuba(augalinis) (tausojantis) | SRIN-30J | 150 g. | 3,17 | 2,02 | 11,94 | 70,96 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 1,94 | 0,33 | 15,69 | 71,17 |
| Vištienos plovavirtas(tausojantis) | AKMPN-20 | 42/158 g. | 11,97 | 8,30 | 40,94 | 276,81 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41 | 100 g. | 1,03 | 8,66 | 5,98 | 98,57 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 1,20 | 0,30 | 23,10 | 97,00 |
| | | | 19,31 | 19,61 | 97,65 | 614,51 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-66 | 150 g. | 1,86 | 1,33 | 11,37 | 62,18 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Lęšių troškiny su vištiena ir daržovėmis (tausojantis) | AKMPN-227A | 230 g. | 19,50 | 13,88 | 40,24 | 360,98 |
| Burokėlių salotos su salotų padažu (alie, česn, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-28 | 100 g. | 1,54 | 5,32 | 11,00 | 89,58 |
| Geriamas vanduo | GERN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 0,40 | 0,30 | 13,40 | 52,00 |
| | | | 24,6 | 21,05 | 86,47 | 612,18 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-66 | 150 g. | 1,86 | 1,33 | 11,37 | 62,18 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Garintas kiaulienos maltinis paskanintas kviečių sėlenomis (tausojantis) | AKMPN-124S | 80 g. | 9,39 | 9,78 | 6,73 | 150,99 |
| Biri grikių košė (augalinis)(tausojantis) | GGARN-2I | 120 g. | 7,20 | 5,36 | 39,60 | 231,24 |
| Burokėlių salotos su salotų padažu (alie, česn, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-28 | 100 g. | 1,54 | 5,32 | 11,00 | 89,58 |
| Geriamas vanduo | GERN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 0,40 | 0,30 | 13,40 | 52,00 |
| | | | 21,69 | 22,31 | 92,56 | 633,43 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikinais einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė



Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-----------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-3BB | 150 g. | 1,06 | 1,17 | 8,42 | 45,08 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Kiaulienos kotletas (tausojantis) | AKMPN-5G | 80 g. | 10,60 | 17,85 | 13,85 | 253,86 |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-3H | 120 g. | 3,92 | 4,31 | 30,08 | 165,82 |
| Kopūstų, paprikų, morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-111 | 100 g. | 1,79 | 8,09 | 8,33 | 104,07 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 19,57 | 31,9 | 83,43 | 663,61 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-----------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-6BB | 150 g. | 2,00 | 1,37 | 9,49 | 52,56 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 1,94 | 0,33 | 15,69 | 71,17 |
| Virtinukai su varške 9% (tausojantis) | AMLTN-4J | 160 g. | 14,20 | 7,01 | 43,56 | 291,23 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | IVNT-98C | 20 g. | 0,86 | 0,50 | 1,16 | 12,60 |
| Kopūstų, paprikų, morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-111 | 100 g. | 1,79 | 8,09 | 8,33 | 104,07 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 21,69 | 17,56 | 90,52 | 578,97 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė

Danutė Kazlauskienė



2 savaitė ketvirtadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis) | SRIN-117A | 150 g. | 2,22 | 1,98 | 14,25 | 80,11 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Morkų apkepas su varške 9% (tausojantis) | AAPK-14B | 135/65 g. | 14,94 | 16,51 | 39,45 | 357,09 |
| Natūralus jogurtas 2,5% | IVNT-98C | 20 g. | 0,86 | 0,50 | 1,16 | 12,60 |
| Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis) | GSALN-199 | 100 g. | 1,09 | 8,67 | 6,15 | 98,57 |
| Vanduo su apelsinu | GĖRN-87A | 200 g. | 0,11 | 0,03 | 1,54 | 6,02 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 20,92 | 28,31 | 86,01 | 654,83 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis) | SRIN-117A | 150 g. | 2,22 | 1,98 | 14,25 | 80,11 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 1,94 | 0,33 | 15,69 | 71,17 |
| Daržovių troškinytis(bul,kopū,mork,svog) su kiaulienos mėsa(tausojantis) | AKMPN-61 | 167/33 g. | 9,25 | 9,08 | 19,95 | 189,56 |
| Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis) | GSALN-199 | 100 g. | 1,09 | 8,67 | 6,15 | 98,57 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 104,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 20,7 | 25,46 | 77,04 | 596,41 |

Direktorius pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|------------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-56W | 150 g. | 1,32 | 2,43 | 6,20 | 48,73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Bulviniai blynai su kiaulienos mėsa | ADRŽPN-49A | 157/13 g. | 9,07 | 22,82 | 42,85 | 406,45 |
| Pieno 2,5% padažas | PADN-2 | 20 g. | 0,42 | 0,67 | 1,31 | 12,96 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49A | 150 g. | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 78,00 |
| Traškios morkų lazdelės(augalinis) | IVNT-101 | 100 g. | 1,00 | 0,20 | 8,70 | 31,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 18,26 | 30,29 | 86,52 | 667,58 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-56W | 150 g. | 1,32 | 2,43 | 6,20 | 48,73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Šamo ir lydekos kotletas (tausojantis) | AŽUVPN-89A | 70 g. | 9,66 | 10,25 | 9,68 | 167,74 |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-3H | 120 g. | 3,92 | 4,31 | 30,08 | 165,82 |
| Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-30 | 100 g. | 2,56 | 14,13 | 12,68 | 174,06 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 19,56 | 31,54 | 80,1 | 646,79 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) | SRIN-25 | 150 g. | 3,21 | 4,98 | 10,21 | 97,54 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Maltos vištienos kepsnys | AKMPN-45A | 80 g. | 11,33 | 15,19 | 12,38 | 227,39 |
| Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-4H | 120 g. | 4,12 | 4,10 | 28,40 | 159,26 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12N | 100 g. | 1,42 | 5,65 | 7,29 | 78,07 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8G | 120 g. | 0,48 | 0,48 | 15,60 | 63,60 |
| | | | 21,96 | 30,68 | 85,63 | 677,64 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pieniška daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) | SRIN-25 | 150 g. | 3,21 | 4,98 | 10,21 | 97,54 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 1,94 | 0,33 | 15,69 | 71,17 |
| Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45%(tausojantis) | AMLTN-17B | 184/16 g. | 10,54 | 7,91 | 43,54 | 292,89 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12N | 100 g. | 1,42 | 5,65 | 7,29 | 78,07 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 17,61 | 19,33 | 91,02 | 597,01 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




3 savaitė antradienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Morkų sriuba su bulvėmis (tausojantis) | SRIN-121 | 150 g. | 0,85 | 3,20 | 7,47 | 58,01 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Orkaitėje kepti lydekos rageliai (tausojantis) | AŽUVPN-31 | 70 g. | 10,83 | 15,24 | 14,61 | 235,74 |
| Biri grikių košė (augalinis)(tausojantis) | GGARN-2N | 110 g. | 6,62 | 4,94 | 36,43 | 212,75 |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-149A | 60 g. | 0,75 | 3,69 | 6,42 | 57,74 |
| Švž. pomidorai (augalinis) | GSALN-60A | 30 g. | 0,30 | 0,06 | 1,23 | 5,10 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 1,20 | 0,30 | 23,10 | 97,00 |
| | | | 21,85 | 27,65 | 99,72 | 713,78 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Morkų sriuba su bulvėmis (tausojantis) | SRIN-121 | 150 g. | 0,85 | 3,20 | 7,47 | 58,01 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 1,94 | 0,33 | 15,69 | 71,17 |
| Perlinių kruopų troškiny su kiauliena (tausojantis) | IKRUOPN-38F | 156/44 g. | 11,28 | 15,55 | 25,26 | 276,32 |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-149E | 70 g. | 0,88 | 4,31 | 7,39 | 66,97 |
| Švž. pomidorai (augalinis) | GSALN-60A | 30 g. | 0,30 | 0,06 | 1,23 | 5,10 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7O | 120 g. | 1,44 | 0,36 | 27,72 | 116,40 |
| | | | 16,69 | 23,81 | 84,76 | 593,97 |

Direktorius pavaduotoja ugdymui,
laikiniai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|------------|---------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis) | SRIN-126A | 150 g. | 3,32 | 2,18 | 11,82 | 79,63 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Varškės 9% skryliukai (tausojantis) | AVRŠPN-140 | 170 g. | 19,77 | 9,30 | 44,26 | 337,60 |
| Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas | PADN-12B | 15/5 g. | 0,39 | 8,60 | 0,51 | 81,25 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (morkos ir agurkai) (augalinis) | GSALN-234B | 100 g. | 0,94 | 0,20 | 6,56 | 24,31 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 0,40 | 0,30 | 13,40 | 52,00 |
| | | | 26,12 | 20,8 | 87,01 | 622,23 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis) | SRIN-126A | 150 g. | 3,32 | 2,18 | 11,82 | 79,63 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Garintas kiaulienos maltinis paskanintas kviečių sėlenomis (tausojantis) | AKMPN-124S | 80 g. | 9,39 | 9,78 | 6,73 | 150,99 |
| Biri grikių košė (augalinis)(tausojantis) | GGARN-2I | 120 g. | 7,20 | 5,36 | 39,60 | 231,24 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41 | 100 g. | 1,03 | 8,66 | 5,98 | 98,57 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 0,40 | 0,30 | 13,40 | 52,00 |
| | | | 22,64 | 26,5 | 87,99 | 659,87 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikintai einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|------------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pomidorienė su ryžiais(augalinis) (tausojantis) | SRIN-67 | 150 g. | 0,84 | 1,80 | 8,43 | 50,86 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Virti makaronai su daržovėmis (žirn,mork,svogūn) (tausojantis) | AMLTN-1R | 160/40 g. | 8,39 | 5,53 | 55,61 | 309,93 |
| Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-106A | 100 g. | 1,13 | 12,17 | 6,13 | 131,17 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 18,26 | 24,92 | 99,63 | 686,4 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|------------|----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pomidorienė su ryžiais(augalinis) (tausojantis) | SRIN-67 | 150 g. | 0,84 | 1,80 | 8,43 | 50,86 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 1,94 | 0,33 | 15,69 | 71,17 |
| Vištienos guliašas (tausojantis) | AKMPN-51R | 60/20 g. | 11,88 | 10,23 | 2,19 | 147,01 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13A | 130 g. | 2,68 | 0,13 | 24,50 | 108,46 |
| Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-106R | 110 g. | 1,24 | 13,39 | 6,74 | 144,29 |
| Vanduo su citrina | GĖRN-65 | 200 g. | 0,10 | 0,06 | 1,29 | 4,34 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9M | 120 g. | 0,96 | 0,24 | 13,20 | 51,60 |
| | | | 19,64 | 26,18 | 72,04 | 577,73 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikinais einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė




Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pietūs I variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|------------|---------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Barščių sriuba (burokėl, mork, kopūs) (augalinis) (tausojantis) | SRIN-60A | 150 g. | 0,96 | 1,57 | 6,51 | 39,73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 1,30 | 0,22 | 10,46 | 47,44 |
| Kepti sūrinukai | AVRŠPN-20B | 150 g. | 15,01 | 5,42 | 54,92 | 324,76 |
| Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas | PADN-12C | 20/5 g. | 0,51 | 10,10 | 0,66 | 95,95 |
| Vanduo su apelsinu | GĖRN-87A | 200 g. | 0,11 | 0,03 | 1,54 | 6,02 |
| Tarkuotos morkos (augalinis) | GSALN-168F | 100 g. | 1,00 | 0,20 | 8,70 | 31,00 |
| Obuoliai (augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 19,29 | 17,94 | 95,79 | 597,9 |

Pietūs II variantas

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|------------|-----------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Barščių sriuba (burokėl, mork, kopūs) (augalinis) (tausojantis) | SRIN-60A | 150 g. | 0,96 | 1,57 | 6,51 | 39,73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 2,59 | 0,44 | 20,92 | 94,89 |
| Vištienos, daržovių ir bulvių troškiny su šparaginėmis pupelėmis (tausojantis) | AKMPN-34E | 44/176 g. | 11,51 | 24,05 | 24,52 | 351,67 |
| Tarkuotos morkos (augalinis) | GSALN-168F | 100 g. | 1,00 | 0,20 | 8,70 | 31,00 |
| Vanduo su apelsinu | GĖRN-87A | 200 g. | 0,11 | 0,03 | 1,54 | 6,02 |
| Obuoliai (augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 16,57 | 26,69 | 75,19 | 576,31 |

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
laikinais einanti direktoriaus pareigas
Danutė Kazlauskienė


