

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

Tauragės Žalgirių gimnazija, Moksleivių al.14

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresniems mokiniams

(nurodyti dienų skaičių) (nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
nuo 9⁰⁰ iki 14⁰⁰ val.

I savaitė - Pirmadienis

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Barščių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr003	150	1.2	1.3	10.5	1.6	0.8	59
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Vištienos kukuliai su pupelėmis ir daržovėmis (tausojančios)	P004	100/150	29.8	19.4	26.1	11.9	1.2	398
Virti brinkinti griekiai (tausojančios)	Gr018	180	7.9	2.0	43.7	3.7	0.0	224
Šviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	30	0.3	1.6	1.7	0.5	0.2	22
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.5	0.2	0.0	2
Iš viso:			43.2	25.3	119.2	22.5	2.7	877

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Barščių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr003	150	1.2	1.3	10.5	1.6	0.8	59
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Virti varškėčiai (tausojančios)	V014	250	26.9	14.9	37.0	2.3	0.3	390
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Šviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	150	1.6	8.0	8.5	2.5	0.8	112
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas apelsinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.5	0.2	0.0	2
Iš viso:			35.3	30.3	95.3	11.1	2.4	795
I variantas Iš viso (dienos davinio):			43.2	25.3	119.2	22.5	2.7	877
II variantas Iš viso (dienos davinio):			35.3	30.3	95.3	11.1	2.4	795



Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 21 - 10 - 11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150	4.2	2.3	24.5	3.8	1.1	136
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	K004	83/137	35.2	19.8	13.6	4.6	0.8	374
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	180	5.8	1.1	44.7	4.3	0.9	212
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	35	0.5	1.4	2.2	0.8	0.2	23
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas kriaušių skilteleimis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	4
		Iš viso:	46.1	25.0	96.3	15.2	3.0	794

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150	4.2	2.3	24.5	3.8	1.1	136
Virtos pieniškos višties dešrelės (tausojantis)	P036	150	20.5	17.4	1.3	0.0	2.0	243
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	150	4.9	0.9	37.2	3.6	0.7	176
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	150	2.1	6.0	9.4	3.3	0.7	99
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Vanduo paskanintas kriaušių skilteleimis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.2	0.0	4
		Iš viso:	32.0	26.9	83.8	12.4	4.6	705
I variantas Iš viso (dienos davinio):			46.1	25.0	96.3	15.2	3.0	794
II variantas Iš viso (dienos davinio):			32.0	26.9	83.8	12.4	4.6	705



Direktorė
Dalia Filimonova

Twirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 21 - 10 - 11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Pupelių sriuba (tausojojantis) (augalinis)	Sr014	150	2.1	2.3	16.0	3.2	1.1	93
Kiaulienos maitinis (tausojojantis)	K003	80	15.1	5.6	14.4	1.0	0.6	169
Virti brinkinti grikeliai (tausojojantis)	Gr018	180	7.9	2.0	43.7	3.7	0.0	224
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	130	3.0	9.6	8.3	2.9	1.0	132
Sezoniniai vaisiai		80	0.3	0.3	10.4	1.5	0.0	46
Kefyras 2.5 %	G009	150	5.1	3.8	7.4	0.0	0.2	84
Iš viso:			33.6	23.5	100.2	12.3	2.8	747

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Pupelių sriuba (tausojojantis) (augalinis)	Sr014	150	2.1	2.3	16.0	3.2	1.1	93
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Pilno grūdo makaronai su sviestu ir varške (9%) (tausojojantis)	M011	205/13/32	15.2	16.1	49.4	5.6	0.4	403
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	130	3.0	9.6	8.3	2.9	1.0	132
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas greipfrutų griežinėliais	G009	150	0.0	0.0	0.8	0.2	0.0	3
Iš viso:			24.3	29.1	113.9	16.9	3.0	814
I variantas Iš viso (dienos davinio):			33.6	23.5	100.2	12.3	2.8	747
II variantas Iš viso (dienos davinio):			24.3	29.1	113.9	16.9	3.0	814



Direktorė
Dalia Filimonova

Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 21 - 10 - 11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Rūgštynių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr007	150	1.0	1.6	8.2	1.4	1.1	51
Viso grūdo ruginė duona		30	2.1	0.4	15.8	1.9	0.3	75
Višienos troškiny su morkomis ir ž. žirneliais (tausojančios)	P008	85/65	31.3	15.5	5.9	2.0	0.7	288
Virti ryžiai (tausojančios) (augalinis)	Gr002	160	6.0	0.3	52.2	5.9	0.4	235
Iceberg salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	30/10/10/ 10/3	0.6	3.1	2.2	0.9	0.0	40
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas obuolių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.1	0.0	4
Iš viso:			41.4	21.3	98.3	14.1	2.5	751

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Rūgštynių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr007	150	1.0	1.6	8.2	1.4	1.1	51
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Virtinukai su varškės įdaru (tausojančios)	M013.1	203/77	19.2	8.4	47.9	1.9	0.6	344
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Iceberg salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	79/26/26/26/8	1.5	8.3	5.7	2.2	0.1	105
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas obuolių skiltelėmis	G009	150	0.0	0.0	1.0	0.1	0.0	4
Iš viso:			27.4	24.5	104.3	10.7	2.3	748
I variantas Iš viso (dienos davinio):			41.4	21.3	98.3	14.1	2.5	751
II variantas Iš viso (dienos davinio):			27.4	24.5	104.3	10.7	2.3	748


 • Direktorė
Dalia Filimonova

Tvirtinu
 Direktorius

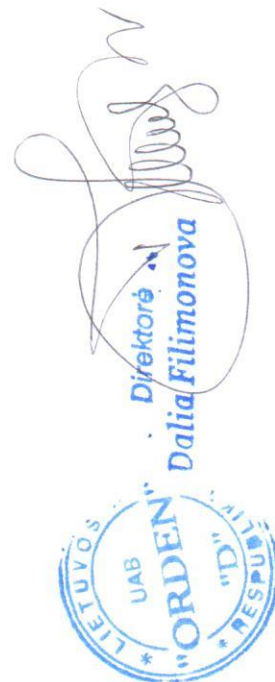
 Jonas Jatautas
 20 11 - 10 - 14

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Daržovių sriuba su makaronais (tausojančios) (augalinis)	Sr023	150	2.6	1.6	13.1	1.7	0.6	77
Viso grūdų ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Orkaitėje kepti laišų maltinukai (tausojančios)	Ž019	70	20.8	16.3	0.1	0.0	0.2	230
Bulvių košė (tausojančios)	Gr012	150	3.4	4.4	25.0	2.1	1.1	153
Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S010	125	1.3	6.5	11.7	3.8	0.7	110
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Pienas 2.5%		150	5.1	3.8	7.4	0.0	0.2	84
Iš viso:			37.1	33.6	96.6	12.6	3.3	837

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Daržovių sriuba su makaronais (tausojančios) (augalinis)	Sr023	150	2.6	1.6	13.1	1.7	0.6	77
Virti pilno grūdų makaronai su troškinta smulkinta kalakutiena (tausojančios)	M028	174/126	31.9	16.8	51.4	7.6	2.7	485
Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S010	150	1.6	7.8	14.0	4.5	0.8	133
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas citrinų griežinėliais	G009	150	0.1	0.0	0.7	0.3	0.0	3
Iš viso:			36.5	26.7	92.2	16.0	4.1	755
I variantas Iš viso (dienos davinio):			37.1	33.6	96.6	12.6	3.3	837
II variantas Iš viso (dienos davinio):			36.5	26.7	92.2	16.0	4.1	755



Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 21 - 10 - 11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Šviežių kopūstų sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr005	150	1.3	1.5	7.6	1.6	1.1	49
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis (tausojančios)	K002	100	23.3	5.3	7.1	4.5	0.7	169
Pilno grūdo makaronai (tausojančios) (augalinis)	Gr010	180	11.2	2.2	60.4	7.1	0.3	306
Plešytos romanišės salotos su pomidorais, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S034	38/19/19/4	0.7	4.1	2.3	0.0	0.0	50
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	30/30	1.2	0.2	4.3	1.7	0.1	24
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas imbierais	G009	150	0.1	0.1	1.3	0.0	0.0	6
Iš viso:			41.6	14.5	122.5	19.9	2.7	787

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Šviežių kopūstų sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr005	150	1.3	1.5	7.6	1.6	1.1	49
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Varškės apkepamas (tausojančios)	V016	250	28.5	20.4	33.0	0.8	0.3	430
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	75/75	3.0	0.5	10.8	4.1	0.2	59
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas imbierais	G009	150	0.1	0.1	1.3	0.0	0.0	6
Iš viso:			38.5	28.5	94.2	11.5	2.1	787
I variantas iš viso (dienos davinio):			41.6	14.5	122.5	19.9	2.7	787
II variantas iš viso (dienos davinio):			38.5	28.5	94.2	11.5	2.1	787



Direktorė:
Dalia Filimonova

Tvirtinu
Direktorius

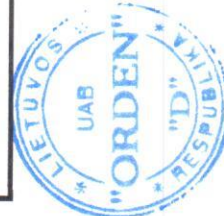
Jonas Jatautas
20 21 - 10 - 11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g				
Lėšių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr026	150	4.5	0.6	16.1		2.1	0.6	88
Viso grūdo ruginė duona		30	2.1	0.4	15.8		1.9	0.3	75
Orkaitėje keptas vištenos maltinukas paniruotas miltuose (tausojančios)	P011	80	19.1	8.0	7.4		0.6	0.6	179
Virtos miežinės kruopos (tausojančios) (augalinis)	Gr032	150	6.5	1.2	38.4		8.2	0.3	191
Baltagūžių kopūstų salotos su morkomis ir porais bei nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojančios)	S037	120	1.8	6.3	7.8		2.8	0.5	95
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0		1.9	0.0	57
Pienas 2.5%		150	5.1	3.8	7.4		0.0	0.2	84
Iš viso:			39.5	20.7	106.0		17.4	2.5	769

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g				Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g				
Lėšių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr026	150	4.5	0.6	16.1		2.1	0.6	88
Viso grūdo ruginė duona		30	2.1	0.4	15.8		1.9	0.3	75
Bulvių plokštainis su varške 9%	D010.1	180/70	19.3	12.4	44.5		3.9	1.7	367
Grietinė 30%		50	1.2	15.0	1.6		0.0	0.0	146
Baltagūžių kopūstų salotos su morkomis ir porais bei nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojančios)	S037	150	2.2	7.8	9.8		3.5	0.6	118
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0		1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas avižėmis	G009	200	0.1	0.1	1.3		0.6	0.0	6
Iš viso:			29.4	36.4	89.1		12.0	3.2	801
I variantas iš viso (dienos davinio):			39.5	20.7	106.0		17.4	2.5	769
II variantas iš viso (dienos davinio):			29.4	36.4	89.1		12.0	3.2	801



Direktorė
Dalia Filimonova

Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 01-10-11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Trinta morkų sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr034	150	1.3	5.4	10.9	2.2	1.0	97
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Plovos su kiauliena (tausojančios)	K001	140/110	39.1	21.3	39.5	4.9	1.6	506
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	65/65	1.2	0.3	4.2	1.5	0.0	24
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas mėtomis	G009	200	0.4	0.1	1.5	0.0	0.0	8
Iš viso:			45.9	28.2	95.4	13.6	3.2	818

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Trinta morkų sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr034	150	1.3	5.4	10.9	2.2	1.0	97
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Virtos pienoškos vištienos dešrelės (tausojančios)	P036	120	16.4	13.9	1.0	0.0	1.6	195
Virtos perlinės kruopos (tausojančios) (augalinis)	Gr017	180	5.8	1.1	44.7	4.3	0.9	212
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	75/75	1.4	0.3	4.8	1.7	0.0	27
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas mėtomis	G009	200	0.4	0.1	1.5	0.0	0.0	8
Iš viso:			29.1	21.9	102.2	13.2	4.0	722
I variantas Iš viso (dienos davinio):			45.9	28.2	95.4	13.6	3.2	818
II variantas Iš viso (dienos davinio):			29.1	21.9	102.2	13.2	4.0	722

Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 21 - 10 - 11


Direktorė
Dalia Filimonova

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žirnių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr015	150	2.1	2.3	16.2	0.0	0.0	93
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Menkių filė maltiniai su petražolėmis ir sviestu (tausojančios)	Ž005	97/3	14.9	10.5	2.1	0.6	0.8	162
Bulvių košė (tausojančios)	Gr012	180	4.1	5.3	30.0	2.5	1.3	184
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalmynais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S023	140	2.1	7.4	13.4	2.3	0.7	128
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Kefyras 2.5 %	G009	200	6.8	5.0	9.8	0.0	0.2	111
Iš viso:			33.9	31.5	110.8	10.4	3.6	862

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žirnių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr015	150	2.1	2.3	16.2	0.0	0.0	93
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojančios)	V003.1	200	28.4	17.6	37.6	0.9	0.8	422
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalmynais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S023	130	2.0	6.9	12.4	2.1	0.7	119
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas braškėmis	G009	200	0.1	0.0	1.0	0.2	0.0	5
Iš viso:			34.7	32.1	82.2	5.1	1.6	757
I variantas Iš viso (dienos davinio):			33.9	31.5	110.8	10.4	3.6	862
II variantas Iš viso (dienos davinio):			34.7	32.1	82.2	5.1	1.6	757

UAB "ORDEN" "D" RESPUB
Direktorė Dalia Filimonova

Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 21-10. 11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	1.7	2.2	13.2	1.7	1.1	79
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4			
Keptos paukštiesios šlaunelės	P024	90	21.7	13.2	0.3	3.1	0.5	126
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	Gr013	150	9.2	2.3	50.5	0.1	1.1	206
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	S033	120	1.3	7.9	4.3	4.3	0.0	259
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas vynuogėmis	G009	200	0.1	0.0	1.8	0.2	0.0	8
Iš viso:			37.8	26.7	109.4	12.8	2.7	829

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	1.7	2.2	13.2	1.7	1.1	79
Mieliniai blynai	M004	230	16.3	31.1	83.7	3.4	0.6	680
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Vaisių salotos	Va001	140	1.0	0.4	17.1	3.1	0.0	76
Vanduo paskanintas vynuogėmis	G009	200	0.1	0.0	1.8	0.2	0.0	8
Iš viso:			20.7	38.8	117.8	8.3	1.7	903
I variantas Iš viso (dienos davinio):			37.8	26.7	109.4	12.8	2.7	829
II variantas Iš viso (dienos davinio):			20.7	38.8	117.8	8.3	1.7	903



Direktorė
Dalia Filimonova

Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 24-10-11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Trinta cukinijų sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr019	150	2.8	2.5	20.2	2.3	1.1	115
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Orkaitėje kepta vištienos filė (tausojančios)	P001	90	29.6	1.1	0.5	0.0	0.9	131
Virtos grikių kruopos (tausojančios)	Gr013	150	9.2	2.3	50.5	4.3	0.0	259
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S011	120	1.7	6.3	7.8	2.7	0.4	95
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas su citrinų griežinėliais	G009	200	0.1	0.0	0.9	0.4	0.0	4
Iš viso:			47.2	13.4	119.3	14.7	2.9	786

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Trinta cukinijų sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr019	150	2.8	2.5	20.2	2.3	1.1	115
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Orkaitėje keptos virtos pienoškos vištienos dešrelės (tausojančios)	P026	100	13.7	11.6	0.3	0.0	1.3	160
Virtos grikių kruopos (tausojančios)	Gr013	150	9.2	2.3	50.5	4.3	0.0	259
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S011	130	1.8	6.9	8.4	2.9	0.5	103
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas su citrinų griežinėliais	G009	200	0.1	0.0	0.9	0.4	0.0	4
Iš viso:			31.4	24.4	119.7	14.8	3.4	824
I variantas Iš viso (dienos davinio):			47.2	13.4	119.3	14.7	2.9	786
II variantas Iš viso (dienos davinio):			31.4	24.4	119.7	14.8	3.4	824


 - Direktorių
 Dalia Filimonova

Tvirtinu
 Direktorius
 Jonas Jatautas
 20 21-12-11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Daržovių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr010	150	2.0	1.6	10.6	2.2	1.1	65
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Varškės ir ryžių apkepė	V012	138/112	27.1	22.1	31.7	1.4	0.3	434
Natūralus jogurtas 2,5%		30	1.0	0.8	1.3	0.0	0.0	16
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	70/70	1.3	0.3	7.7	2.6	0.2	38
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas cukinijų griežinėliais	G009	200	0.1	0.0	0.3	0.0	0.0	2
Iš viso:			35.4	25.9	90.9	11.2	2.1	738

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaidulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Daržovių sriuba (tausojančios) (augalinis)	Sr010	150	2.0	1.6	10.6	2.2	1.1	65
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Kapotos vištienos kepsniukai	P019	120	25.0	10.7	6.0	0.6	1.0	220
Bulvių košė (tausojančios)	Gr012	180	4.1	5.3	30.0	2.5	1.3	184
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	75/75	1.4	0.3	8.3	2.8	0.2	41
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas cukinijų griežinėliais	G009	200	0.1	0.0	0.3	0.0	0.0	2
Iš viso:			36.4	19.0	94.5	13.1	4.1	694
I variantas Iš viso (dienos davinio):			35.4	25.9	90.9	11.2	2.1	738
II variantas Iš viso (dienos davinio):			36.4	19.0	94.5	13.1	4.1	694



Direktorė
Dalia Filimonova

Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
 20 21-10-11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Ryžių kruopų sriuba (tausojojantis) (augalinis)	Sr013	150	1.6	2.1	13.3	1.9	1.1	79
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Žemaičių blynai su mėsos įdaru	D012	187/63	22.0	21.7	43.7	4.1	2.2	458
Grietinė 30%		30	0.7	9.0	0.9	0.0	0.0	88
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	70/70	1.3	0.3	4.5	1.6	0.0	25
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Kefyras 2.5 %	G009	150	5.1	3.8	7.4	0.0	0.2	84
Iš viso:			34.6	37.9	109.2	12.6	4.0	917

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Ryžių kruopų sriuba (tausojojantis) (augalinis)	Sr013	150	1.6	2.1	13.3	1.9	1.1	79
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Orkaitėje keptas vištienos filė kepsnys (tausojojantis)	P031	100	29.6	4.2	0.7	0.1	1.2	158
Rausvasis padažas	Pa010	50	2.7	4.4	11.6	0.5	0.4	97
Virtos perlinės kruopos (tausojojantis) (augalinis)	Gr017.1	150	4.9	7.0	37.3	3.6	0.7	232
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	75/75	1.4	0.3	4.8	1.7	0.0	27
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas kriaušių skilteleimis	Gr009	200	0.0	0.0	1.3	0.2	0.0	6
Iš viso:			44.1	19.1	108.5	13.0	3.9	782
I variantas Iš viso (dienos davinio):			34.6	37.9	109.2	12.6	4.0	917
II variantas Iš viso (dienos davinio):			44.1	19.1	108.5	13.0	3.9	782



Direktorė
Dalia Filimonova

Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 20 - 10 - 11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1.2	1.3	10.5	1.6	0.8	59
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	90	20.4	8.4	5.0	0.4	0.6	177
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	180	5.8	1.1	44.7	4.3	0.9	212
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais bei paprikomis ir šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S003	135	3.0	3.5	7.5	2.2	0.8	74
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas citrinų griežinėliais	G009	200	0.1	0.0	0.9	0.4	0.0	4
Iš viso:			34.4	15.4	108.0	13.8	3.6	708

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	1.2	1.3	10.5	1.6	0.8	59
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	140/60	22.1	8.8	38.8	2.4	1.7	323
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais bei paprikomis ir šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S003	130	2.9	3.4	7.3	2.1	0.7	71
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas citrinų griežinėliais	G009	200	0.1	0.0	0.9	0.4	0.0	4
Iš viso:			31.9	19.7	99.0	11.4	3.8	700
I variantas Iš viso (dienos davinio):			34.4	15.4	108.0	13.8	3.6	708
II variantas Iš viso (dienos davinio):			31.9	19.7	99.0	11.4	3.8	700



Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jabautas
20 21-10-11

I variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žaliųjų žirnielių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	2.7	2.2	11.2	3.3	1.1	75
Viso grūdo ruginė duona		50	3.5	0.7	26.4	3.1	0.5	126
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)	Ž013	100	14.2	2.1	12.5	1.3	0.7	126
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	Gr013	180	11.0	2.7	60.6	5.2	0.0	311
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo neradnuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	S025	140	3.2	10.3	9.0	3.2	1.1	142
Sezoniniai vaisiai		100	0.4	0.4	13.0	1.9	0.0	57
Vanduo paskanintas kriaušių skiltelėmis	G009	200	0.0	0.0	1.3	0.2	0.0	6
Iš viso:			35.1	18.4	133.9	18.2	3.4	842

II variantas Pietūs 10.45 - 10.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Skaudulinės medžiagos, g	Druska, g	Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g			
Žaliųjų žirnielių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150	2.7	2.2	11.2	3.3	1.1	75
Viso grūdo ruginė duona		15	2.1	0.4	15.8	1.9	0.3	75
Spelta miltų skilandžiai su obuoliais	M003	230	14.8	24.9	74.8	4.5	0.2	583
Jogurtinė grietinė 10%		50	1.7	5.0	2.1	0.0	0.0	60
Vaisių salotos	Va001	140	1.0	0.4	17.1	3.1	0.0	76
Vanduo paskanintas kriaušių skiltelėmis	G009	200	0.0	0.0	1.3	0.2	0.0	6
Iš viso:			22.3	33.0	122.3	12.9	1.7	875
I variantas Iš viso (dienos davinio):			35.1	18.4	133.9	18.2	3.4	842
II variantas Iš viso (dienos davinio):			22.3	33.0	122.3	12.9	1.7	875



Tvirtinu
Direktorius
Jonas Jatautas
20 21 - 10. 11