

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

## UAB „Sotega“ Šilutės skyrius

### Žemaičių Naumiesčio gimnazija

Mokyklos g.1, Žemaičių Naumiesčio mstl.

---

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-7m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7<sup>00</sup> iki 14<sup>30</sup> val.

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR Nr. 040201

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių* košė (tausojantis)	IKRUOPN-13	200 g.	7,28	2,99	31,08	178,10
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona* su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-16Q	20/3/15 g.	3,25	4,44	11,05	94,58
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,56	11,53	42,17	309,83

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	SRIN-140C	100 g.	0,78	2,01	4,17	34,83
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Troškinta vištiena* su ciberžole (tausojantis)	AKMPN-203C	60 g.	9,16	9,09	4,94	133,22
Biri ryžių* košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-1S	90 g.	2,28	3,30	24,69	132,20
Burokėliai* su užpilu (augalinis)	GSALN-55E	60 g.	0,92	3,06	6,13	50,90
Švž. pomidorai (augalinis)	GSALN-60	20 g.	0,20	0,04	0,82	3,40
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87	150 g.	0,08	0,02	1,16	4,52
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			14,79	18,08	62,76	447,65

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% * spygliukai (tausojantis)	AVRŠPN-8C	130 g.	11,84	4,28	48,65	276,96
Grietinės 30% padažas	PADN-7A	30 g.	0,55	4,99	2,09	55,51
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42C	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,39	9,27	50,74	332,47
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>37,74</b>	<b>38,88</b>	<b>155,67</b>	<b>1089,95</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas

*Vilma Bartušienė*



1 savaitė antradienis

Dokumento serija NR Nr. 040202

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22	200 g.	6,15	2,31	37,05	197,09
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Varškė 9%* su grietine 30% ir cukrumi	IVRŠPN-11F	30/8/2 g.	4,99	5,10	3,30	79,42
Batonas	IVNT-12J	15 g.	1,41	0,42	9,51	45,21
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,58	11,93	49,9	358,87

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių* sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-3Ž	100 g.	0,86	0,77	6,52	33,52
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kiaulienos ir jautienos kotletas su kviečių sėlenėlėmis	AKMPN-304C	60 g.	8,32	12,18	10,17	181,10
Virtos bulvės* (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13L	90 g.	1,85	0,09	16,96	75,09
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41K	80 g.	0,84	6,94	4,86	79,38
Vanduo su citrina	GĖRN-65A	150 g.	0,07	0,04	0,97	3,26
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			13,71	20,38	58,33	450,93

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai* su fermentiniu sūriu 45%(tausojantis)	AMLTN-17	165/15 g.	9,49	7,12	39,19	263,56
Kefyras 2,5%*	GĖRN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			13,84	10,87	45,19	341,56
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,13</b>	<b>43,18</b>	<b>153,42</b>	<b>1151,36</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas

Vilma Barčiūšienė



1 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 040203

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-24	200 g.	6,93	2,70	29,07	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15D	3 g.	0,02	2,46	0,02	22,29
Batonas su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.)	IUŽKN-11Č	20/3/10 g.	3,30	5,30	12,70	108,27
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,25	10,46	41,79	296,7

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38M	100 g.	0,64	1,60	4,12	30,89
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Vištienos* virvelės (tausojantis)	AKMPN-221B	60 g.	8,47	12,87	6,83	174,87
Biri kvietinių* kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5C	80 g.	4,10	2,75	22,82	126,28
Burokėlių* salotos su aliejumi (augalinis)	GSAL-PNV-2A	50 g.	0,86	1,63	5,38	35,14
Virti žalieji žirnėliai (tausojantis)	GGARN-21B	30 g.	1,56	0,43	2,69	23,62
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87	150 g.	0,08	0,02	1,16	4,52
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			17,08	19,76	64,25	482,9

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Aukštaičių blynai	AMLTN-29G	120 g.	7,25	8,14	46,43	284,26
Obuolių padažas	PADN-15C	15 g.	0,01	0,01	1,56	6,18
Pienas 2,5%*	GĖRN-48L	130 g.	4,16	3,25	6,24	71,50
			11,42	11,4	54,23	361,94
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,75</b>	<b>41,62</b>	<b>160,27</b>	<b>1141,54</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktorius pavaduotoja ugdymui  
laikinais einanti direktoriaus pareigas

Vilma Barausienė



1 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR Nr. 040204

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	IKIAUŠN-6D	60 g.	4,96	6,69	3,87	95,01
Batonas	IVNT-12J	15 g.	1,41	0,42	9,51	45,21
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	0,74	5,59	6,02	71,05
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			8,31	13	42,5	308,27

**Pietūs**

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-117	100 g.	1,48	1,33	9,49	53,39
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltos lydekos filė kotletas (tausojantis)	AŽUVPN-20A	60 g.	9,32	5,52	9,76	123,61
Pieno 2,5%* padažas	PADN-2A	30 g.	0,63	1,01	1,98	19,43
Bulvių* košė (tausojantis)	GGARN-14A	130 g.	2,85	2,73	21,30	120,07
Šviežių kopūstų* salotos su aliejumi ir pomidorais (augalinis)	GSAL-PNV-17I	120 g.	1,55	4,47	7,26	67,05
Vanduo su citrina	GĖRN-65A	150 g.	0,07	0,04	0,97	3,26
			17,2	15,32	61,22	434,25

**Vakariėnė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	AAPK-18F	130 g.	16,60	8,39	39,79	304,99
Grietinė 30%	IVNT-14A	10 g.	0,24	3,00	0,31	29,40
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,84	11,39	40,1	334,39
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>42,35</b>	<b>39,71</b>	<b>143,82</b>	<b>1076,91</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikinai einanti direktoriaus pareigas

Vilma Bartušienė



1 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 040205

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių* kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-21	200 g.	7,93	2,24	35,05	184,41
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82%	IUŽKN-5R	20/3 g.	1,90	3,02	12,70	82,57
Švž. agurkai (augalinis)	GSALN-59C	15 g.	0,12	0,03	0,35	1,65
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,98	9,39	48,14	305,78

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių* sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39NN	100 g.	2,09	1,47	7,82	49,21
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kiaulienos plovos troškintas (tausojantis)	AKMPN-88B	36/144 g.	10,75	12,18	38,00	295,32
Burokėlių* salotos su kmynais (augalinis)	GSALN-33J	80 g.	1,38	0,21	8,57	34,51
Kefyras 2,5%*	GĖRN-49L	120 g.	3,48	3,00	4,80	62,40
Obuoliai augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			19,07	17,42	80,04	530,02

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynėliai su varškės 9% idaru	AMLTN-10G	97/53 g.	12,23	11,47	37,85	300,29
Obuolių padažas	PADN-15C	15 g.	0,01	0,01	1,56	6,18
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,24	11,48	39,41	306,47
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,29</b>	<b>38,29</b>	<b>167,59</b>	<b>1142,27</b>

\*Ekologiškas produktas

*Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikiniai einanti direktoriaus pareigas*

*UAB "SOTEGA"*



2 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR Nr. 040206

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-18	200 g.	6,95	3,04	34,25	194,95
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Varškė 9% * su žalumynais	IVRŠPN-25A	30 g.	3,48	2,04	1,12	37,06
Batonas	IVNT-12J	15 g.	1,41	0,42	9,51	45,21
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,87	9,6	44,92	314,37

**Pietūs**

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-104Q	100 g.	0,68	1,67	4,74	34,12
Ruginė duona *(pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Orkaitėje kepti vištienos* kąsneliai (tausojantis)	AKMPN-64H	60 g.	9,69	13,96	8,57	196,14
Biri perlinių* kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3C	80 g.	2,61	2,88	20,05	110,55
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos* ir agurkai) (augalinis)	GSALN-234D	70 g.	0,66	0,14	4,60	17,01
Vanduo su citrina	GĖRN-65A	150 g.	0,07	0,04	0,97	3,26
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			15,48	19,05	57,78	439,66

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų* sriuba	SRIN-40A	200 g.	4,78	4,11	16,42	123,77
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-7NNN	25/5/15 g.	6,28	8,85	15,91	164,55
			11,06	12,96	32,33	288,32
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,41</b>	<b>41,61</b>	<b>135,03</b>	<b>1042,35</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaiduotoja ugdymui  
laikinais einauti direktoriaus pareigas

Vilma Bartušienė



2 savaitė antradienis

Dokumento serija NR Nr. 040207

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių* košė (tausojantis)	IKRUOPN-12	200 g.	4,82	2,44	31,29	161,05
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15PP	20/3/15 g.	3,75	4,78	12,81	106,12
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,6	11,32	44,14	304,32

**Pietūs**

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-66E	100 g.	1,24	0,87	7,58	41,43
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis)	AŽUVPN-78A	60 g.	8,07	9,80	8,25	144,10
Virtos bulvės* (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	2,06	0,10	18,85	83,43
Burokėlių* salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149F	80 g.	1,01	4,92	8,54	76,81
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87	150 g.	0,08	0,02	1,16	4,52
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			14,16	16,23	68,24	449,73

**Vakariėnė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške 9%* (tausojantis)	AMLTN-4I	120 g.	10,65	5,24	32,66	218,35
Grietinė 30%	IVNT-14A	10 g.	0,24	3,00	0,31	29,40
Pienas 2,5%*	GĖRN-48D	120 g.	3,84	3,00	5,76	66,00
			14,73	11,24	38,73	313,75
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>37,49</b>	<b>38,79</b>	<b>151,11</b>	<b>1067,80</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas

*[Signature]*  
D. Štikonienė





2 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 040208

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių* kruopų košė su morkomis (tausojantis)	IKRUOPN-4	200 g.	6,35	6,41	38,49	227,57
Duona su sviestu 82%	IUŽKN-6	20/5 g.	1,41	4,32	10,96	85,89
Švž. agurkai (augalinis)	GSALN-59C	15 g.	0,12	0,03	0,35	1,65
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,88	10,76	49,8	315,11

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-126	100 g.	2,22	1,47	7,88	53,09
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94H	10 g.	0,65	0,11	5,23	23,72
Kalakutienos kukulis su avižiniais dribsniais (tausojantis)	AKMPN-161A	60 g.	13,94	4,57	6,32	120,25
Biri ryžių* košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-1C	80 g.	2,03	2,94	21,94	117,51
Morkų* ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106D	80 g.	0,89	9,75	4,91	104,94
Vanduo su citrina	GĖRN-65A	150 g.	0,07	0,04	0,97	3,26
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			20,2	19,28	60,25	475,77

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai* su daržovėmis (žirn,mork,svogūn) (tausojantis)	AMLTN-1B	145/35 g.	7,58	4,99	50,17	279,68
Kefyras 2,5%*	GĖRN-49F	130 g.	3,77	3,25	5,20	67,60
			11,35	8,24	55,37	347,28
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39,43</b>	<b>38,28</b>	<b>165,42</b>	<b>1138,16</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktorius pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas

*Vilma Bartušienė*



2 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR Nr. 040209

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-16	200 g.	6,60	2,84	28,45	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12ZZ	20/3/10 g.	2,80	4,96	10,94	96,73
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,43	11,9	39,43	300,02

**Pietūs**

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-60F	100 g.	0,79	1,07	5,28	30,26
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94F	25 g.	1,62	0,27	13,08	59,31
Kiaulienos troškiny su daržovėmis(tausojantis)	ADRŽP-PNV-6D	36/164 g.	9,46	16,78	25,61	286,66
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos ir agurkai) (augalinis)	GSALN-234D	70 g.	0,66	0,14	4,60	17,01
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87	150 g.	0,08	0,02	1,16	4,52
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			13,01	18,58	63,13	449,76

**Vakariė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai su obuoliais	AMLTN-15H	100 g.	6,69	6,22	41,67	244,86
Grietinė 30%	IVNT-14A	10 g.	0,24	3,00	0,31	29,40
Pienas 2,5%*	GĖRN-48D	120 g.	3,84	3,00	5,76	66,00
			10,77	12,22	47,74	340,26
Iš viso (dienos davinio):			33,21	42,70	150,30	1090,04

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas

Vilma Bartušienė



2 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 040210

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų *košė (tausojantis)	IKRUOPN-14	200 g.	5,99	2,11	30,56	169,41
Trintos uogos	IVNT-53A	20 g.	0,12	0,10	2,42	8,60
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8Z	20/5/10 g.	4,01	7,02	10,97	120,59
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8K	80 g.	0,32	0,32	10,40	42,40
			10,44	9,55	54,35	341

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118B	100 g.	2,51	1,80	8,58	53,74
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kiaulienos guliašas troškintas (tausojantis)	AKMPN-2Q	50/20 g.	10,18	12,61	2,22	162,13
Biri kvietinių* kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5H	90 g.	4,61	3,09	25,67	142,06
Burokėlių* salotos su jogurtu	GSALN-139D	70 g.	1,36	0,28	6,48	28,69
Švž. agurkai (augalinis)	GSALN-59C	15 g.	0,12	0,03	0,35	1,65
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87	150 g.	0,08	0,02	1,16	4,52
			19,83	17,99	52,31	428,37

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	AMLTN-18L	120 g.	6,52	1,45	39,81	194,97
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas	PADN-12D	10/5 g.	0,27	7,10	0,35	66,55
Pienas 2,5%*	GĖRN-48D	120 g.	3,84	3,00	5,76	66,00
			10,63	11,55	45,92	327,52
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,90</b>	<b>39,09</b>	<b>152,58</b>	<b>1096,89</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas

Vilma Barausienė



3 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 040211

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-20	200 g.	8,02	4,73	33,36	200,72
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82%	IUŽKN-6R	15/5 g.	1,07	4,27	8,23	73,71
Švž. agurkai (augalinis)	GSALN-59C	15 g.	0,12	0,03	0,35	1,65
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,24	13,13	41,98	313,23

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių* sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39NN	100 g.	2,09	1,47	7,82	49,21
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos* kukulis (tausojantis)	AKMPN-189B	60 g.	11,60	7,75	1,69	122,42
Grikių* košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7	100 g.	2,52	3,61	13,86	96,32
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44E	80 g.	0,81	7,21	4,51	80,13
Vanduo su citrina	GĖRN-65A	150 g.	0,07	0,04	0,97	3,26
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			19,19	20,5	50,31	441,78

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny (tausojantis)	ADRŽPN-85C	200 g.	2,74	10,30	18,99	167,58
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kefyras 2,5%*	GĖRN-49H	170 g.	4,93	4,25	6,80	88,40
			8,64	14,71	33,64	291,56
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>37,07</b>	<b>48,34</b>	<b>125,93</b>	<b>1046,57</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktorius pavaduotoja ugdymui  
laikinais einanti direktoriaus pareigas

Vilma Būčiūskienė



3 savaitė antradienis

Dokumento serija NR Nr. 040212

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-18	200 g.	6,95	3,04	34,25	194,95
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-II	15 g.	1,33	2,34	6,56	50,98
Pienas 2,5%*	GĖRN-48D	120 g.	3,84	3,00	5,76	66,00
			12,15	12,48	46,61	349,08

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	SRIN-121A	100 g.	0,56	2,13	4,99	38,59
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Perlinių* kruopų troškiny su kiauliena (tausojantis)	IKRUOPN-38B	136/44 g.	10,00	13,74	22,00	242,89
Švž. pomidorai (augalinis)	GSALN-60A	30 g.	0,30	0,06	1,23	5,10
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12T	70 g.	0,99	3,96	4,87	53,67
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87	150 g.	0,08	0,02	1,16	4,52
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			13,3	20,37	55,5	432,35

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai su varške 9%*	AMLTN-16D	120 g.	10,17	8,81	47,62	306,04
Obuolių padažas	PADN-15E	10 g.	0,01	0,01	1,37	5,47
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,18	8,82	48,99	311,51
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>35,63</b>	<b>41,67</b>	<b>151,10</b>	<b>1092,94</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas

Vilma Bartušienė



3 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 040213

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų* košė su selenėlėmis (tausojantis)	IKRUOPN-14N	192/8 g.	7,19	2,43	35,28	196,45
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13E	20/5/15 g.	4,31	6,01	13,25	121,43
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,53	12,54	48,57	355,03

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-35J	100 g.	0,75	0,59	5,10	28,06
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94H	10 g.	0,65	0,11	5,23	23,72
Troškinta vištiena* su morkomis ir žirneliais (tausojantis)	AKMPN-169C	50/15 g.	10,02	13,49	1,56	165,75
Biri kvietinių* kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5C	80 g.	4,10	2,75	22,82	126,28
Burokėlių* salotos su aliejaus padažu (svog, aliej.) (augalinis)	GSAL-SMLPC-27V	80 g.	1,22	3,31	8,67	62,54
Vanduo su citrina	GĖRN-65A	150 g.	0,07	0,04	0,97	3,26
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			18,01	20,59	67,45	506,61

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių*, morkų* košė (tausojantis)	ADRŽPN-59B	230 g.	4,36	4,90	31,06	177,93
Grietinė 30%	IVNT-14A	10 g.	0,24	3,00	0,31	29,40
Kefyras 2,5%*	GĖRN-49H	170 g.	4,93	4,25	6,80	88,40
			9,53	12,15	38,17	295,73
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39,07</b>	<b>45,28</b>	<b>154,19</b>	<b>1157,37</b>

\*Ekologiškas produktas

*Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikinais einanti direktoriaus pareigas*

*Vilma Partušienė*



3 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR Nr. 040214

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių*kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-19	200 g.	5,99	2,22	29,18	154,43
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8Z	20/5/10 g.	4,01	7,02	10,97	120,59
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42C	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,03	13,34	40,19	312,17

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis* (augalinis) (tausojantis)	SRIN-56F	100 g.	0,89	1,62	4,15	32,62
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kepta lydekos filė	AŽUVPN-12A	60 g.	12,85	4,41	3,24	103,63
Bulvių* tyrė (tausojantis)	GGARN-15H	120 g.	2,69	0,59	19,77	94,17
Morkų* ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106N	90 g.	1,01	10,95	5,51	118,06
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87	150 g.	0,08	0,02	1,16	4,52
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			18,89	18,15	54,68	441,58

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių* apkepas su varške 9%*	AAPK-17	150 g.	8,65	5,81	43,29	256,15
Grietinės 30% padažas	PADN-7D	15 g.	0,27	2,49	1,04	27,76
Pienas 2,5%*	GĖRN-48D	120 g.	3,84	3,00	5,76	66,00
			12,76	11,3	50,09	349,91
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,68</b>	<b>42,79</b>	<b>144,96</b>	<b>1103,66</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas  
*Vilma Bartušienė*



3 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 040215

Požymis: Vaikai (4-7 m.). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-16	200 g.	6,60	2,84	28,45	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.)	IUŽKN-12Q	15/3/10 g.	2,46	4,91	8,21	84,55
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,09	11,85	36,7	287,84

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-128	100 g.	1,96	1,44	7,45	46,46
Ruginė duona* (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kiaulienos šnicelis	AKMPN-7A	60 g.	7,91	12,71	9,32	180,87
Virtos bulvės* (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	2,06	0,10	18,85	83,43
Burokėlių* salotos su chia sėklomis (augalinis)	GSALN-257B	80 g.	1,23	0,09	8,22	32,06
Vanduo su citrina	GĖRN-65A	150 g.	0,07	0,04	0,97	3,26
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			14,6	14,84	66,06	433,66

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su bananais	AMLTN-70A	120 g.	7,15	8,58	46,57	287,28
Natūralus jogurtas 2,5%	IVNT-98B	10 g.	0,43	0,25	0,58	6,30
Pienas 2,5%*	GĖRN-48D	120 g.	3,84	3,00	5,76	66,00
			11,42	11,83	52,91	359,58
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>35,11</b>	<b>38,52</b>	<b>155,67</b>	<b>1081,08</b>

\*Ekologiškas produktas

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
laikintai einanti direktoriaus pareigas

Vilma Barausienė

