

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

## **Kauno Panemunės pradinė mokykla**

---

**Kuosų g. 22, 45432 Kaunas**

---

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

## **20 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

**6 - 10 m.**

(vaikų amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas:

I-V - 8:00 – 17:00

Valgiaraštį sudarė: UAB „Šeimos valgykla“, 2023

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška sorų kruopų košė (tausojantis)	SB-3(39)T	200	10.800	5.467	43.067	268.000
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>11.200</b>	<b>5.867</b>	<b>56.067</b>	<b>325.200</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)</b>	SB-1(19)AT	150	2.200	2.250	15.960	84.780
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Trinta daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)</b>	SAM-Ž-SR(999/1000)	150	1.810	5.530	13.540	111.150
2. Skrebučiai	VšĮ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Kiaulienos - jautienos kukuliai, kepti konvekciniame pečiuje (tausojantis)</b>	VšĮ-TM-K005	70	16.070	16.020	1.120	212.920
1. Brinkinti griekiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis, tausojantis)	VšĮ-TM-Kr027	80	4.556	2.388	21.400	125.328
1. Raugintų kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	SB-2(29)A	80	0.674	3.167	5.429	52.879
<b>2. Troškinta vištienos file su grietinėle (tausojantis)</b>	VšĮ-TM-P013	80 (70/10)	21.760	9.088	1.504	174.869
2. Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	SAM-ŠIL-GA/PA(50)	80	1.952	0.160	21.424	89.520
2. Morkų salotos su moliūgų sėklomis (augalinis)	SB-2(11)A	80	1.366	3.535	6.842	56.000
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>25.090</b>	<b>25.645</b>	<b>56.364</b>	<b>548.477</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>26.167</b>	<b>15.143</b>	<b>40.405</b>	<b>404.644</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mielinė bandelė su dešrele	SB-16(21)AT	120	10.700	16.132	36.800	330.088
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>10.700</b>	<b>16.132</b>	<b>36.800</b>	<b>330.088</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>46.990</b>	<b>47.644</b>	<b>149.231</b>	<b>1203.765</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>48.067</b>	<b>37.142</b>	<b>133.272</b>	<b>1059.932</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė ( <i>tausojantis</i> )	SB-3(40)T	200	9.183	3.397	44.773	235.680
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>9.618</b>	<b>7.927</b>	<b>57.813</b>	<b>330.080</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Burokėlių sriuba su margosiomis pupelėmis (<i>augalinis, tausojantis</i>)</b>	SB-1(41)AT	150	1.892	3.844	10.120	68.840
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Ryžių kruopų sriuba (<i>tausojantis</i>)</b>	VšĮ-TM-Sr013	150	1.610	2.080	13.350	78.580
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARSTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Vištienos lazdelės, keptos konvekciniame pečiuje (<i>tausojantis</i>)</b>	SB-10(3)T	70	20.906	2.562	9.716	144.170
1. Bulvių košė ( <i>tausojantis</i> )	VšĮ-TM-Gr012	90	2.043	2.628	15.012	91.881
1. Pomidorų skiltelės su špinatų lapeliais ir mėlynaisiais svogūnais ( <i>augalinis</i> )	SB-2(7)A	70	1.050	5.670	3.220	64.134
<b>2. Avinžirnių paplotėlis (falafelis), keptas konvekciniame pečiuje (<i>augalinis, tausojantis</i>)</b>	SB-5(2)AT	90	9.824	2.931	36.179	210.388
2. Viso grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	BG6-3/61AT	80	3.698	1.589	19.647	107.683
2. Daržovių (kopūstai, morkos, paprika, pomidorai, agurkai) salotos ( <i>augalinis</i> )	SB-2(33)A	80	11.600	1.156	5.220	35.650
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>27.481</b>	<b>16.524</b>	<b>50.523</b>	<b>441.595</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>28.322</b>	<b>9.576</b>	<b>86.851</b>	<b>504.871</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su obuoliais	BG7-8/169T	120 (77/43)	15.022	10.233	24.979	251.991
Natūralus jogurtas (2,5%)	SAM-Ž-PA(448/1066)	20	0.860	0.700	1.180	14.460
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>15.067</b>	<b>10.233</b>	<b>35.614</b>	<b>292.641</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>52.166</b>	<b>34.684</b>	<b>143.950</b>	<b>1064.316</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>53.007</b>	<b>27.736</b>	<b>180.278</b>	<b>1127.592</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis)	SB-3(2)T	200	11.304	4.611	46.975	274.565
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>11.704</b>	<b>5.011</b>	<b>59.975</b>	<b>331.765</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
1. Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	SAM-ŠVSB-SR(4)	150	3.425	1.385	13.375	78.426
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Pomidorinė sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	SAM-ŠVSB-SR(15)	150	1.670	3.220	12.120	80.220
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARSTI PATIEKALAI</b>						
1. Tilapijų file troškinta grietinėlyje (tausojantis)	SB-9(9)T	80 (70/10)	16.625	10.150	0.750	160.800
1. Perlinis kuskusas (augalinis, tausojantis)	VšĮ-TM-Gr003	90	3.816	0.477	23.508	113.562
1. Troškintos daržovės (morkos, paprikos, brokoliai) (tausojantis)	SB-4(17)AT	90	1.583	9.333	7.425	118.533
2. Žemaičių blynas su kiauliena	SB-11(13)	140 (105/35)	12.206	12.155	23.996	254.195
2. Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	AB-5	20	0.540	8.070	0.810	77.560
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>27.039</b>	<b>23.165</b>	<b>57.513</b>	<b>543.891</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>16.006</b>	<b>25.265</b>	<b>49.381</b>	<b>484.545</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai (9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	SB-7(15)T	120	15.090	7.155	31.615	263.820
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>15.450</b>	<b>11.655</b>	<b>32.080</b>	<b>307.770</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>54.193</b>	<b>39.831</b>	<b>149.568</b>	<b>1183.426</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>43.160</b>	<b>41.931</b>	<b>141.436</b>	<b>1124.080</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Seimos valgykla“

Technologė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sėlenomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	SB/M-3(6)T	200	9.154	5.877	36.738	270.627
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>9.554</b>	<b>6.277</b>	<b>49.738</b>	<b>327.827</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Trinta sūrio sriuba</b> (tausojantis)	SB-1(8)T	150	4.346	8.967	12.011	145.063
1. Skrebučiai	VšĮ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
<b>2. Lėšių sriuba</b> (augalinis, tausojantis)	SB-1(3)AT	150	5.436	0.680	18.101	100.224
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Kiaulienos nugarinės kepsnelis</b>	SB-11(3)	70	16.058	7.924	6.818	160.907
1. Virtos bulgur kruopos (augalinis, tausojantis)	VšĮ-TM-Gr006	80	2.808	2.584	17.352	103.888
1. Virtų burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	SB-2(45)A	80	1.209	2.080	5.129	43.778
<b>2. Daržovių kotletas</b> , keptas konvekciname pečiuje (tausojantis)	SB-4(18)T	90	8.920	4.068	29.760	187.183
2. Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
2. Salotų mišinys su sėklomis ir salotų užpilu (augalinis)	SB-2(10)A	70	2.422	6.356	8.099	94.885
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>25.066</b>	<b>21.920</b>	<b>45.247</b>	<b>482.741</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>17.800</b>	<b>6.661</b>	<b>77.280</b>	<b>436.084</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	SAM-ŠVSB-MA(4)	180 (158/22)	10.186	9.265	40.659	294.671
Pomidorų padažas		15	0.465	0.000	1.980	10.200
Šviežios morkos šiaudeliais	BG-1D	40	0.400	0.800	3.480	22.720
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>11.051</b>	<b>10.065</b>	<b>46.119</b>	<b>327.591</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>45.671</b>	<b>38.262</b>	<b>141.104</b>	<b>1138.159</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>38.405</b>	<b>23.003</b>	<b>173.137</b>	<b>1091.502</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Technologė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su sviestu ( <i>tausojantis</i> )	SB/M-3(18)T	200/5	10.171	10.016	36.911	278.507
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>10.571</b>	<b>10.416</b>	<b>49.911</b>	<b>335.707</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
1. Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	BG1-3/28AT	150	1.881	3.156	13.173	88.616
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SB-1(23)AT	150	3.19	1.31	24.19	84.530
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
1. Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis ( <i>tausojantis</i> )	SB-10(8)T	80 (40/11/29)	12.570	14.450	11.058	221.518
1. Virti ryžiai ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SAM-ŠIL-GA/PA(50)	80	1.952	0.160	21.424	89.520
1. Pekino kopūstų salotos su morkomis ir brokoliais ( <i>augalinis</i> )	SB-2(24)A	80	1.200	6.200	3.900	68.600
2. Varškės (9%) apkepas ( <i>tausojantis</i> )	BG7-8/169T	140	17.526	11.938	29.142	293.990
2. Natūralus jogurtas (2,5%)	SAM-Ž-PA(448/106)	20	0.860	0.700	1.180	14.460
2. Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>19.193</b>	<b>25.786</b>	<b>62.010</b>	<b>540.824</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>23.211</b>	<b>15.768</b>	<b>77.602</b>	<b>506.200</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė ( <i>tausojantis</i> )	SB-3(35)T	250	11.306	3.205	54.865	292.156
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Uogienė	SC-V(15)	20	0.060	0.000	14.180	54.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>11.366</b>	<b>3.205</b>	<b>69.045</b>	<b>346.356</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>41.130</b>	<b>39.407</b>	<b>180.966</b>	<b>1222.887</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>45.148</b>	<b>29.389</b>	<b>196.558</b>	<b>1188.263</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su moliūgais, sviestu (82%) ir cinamonu	SB-3(37)T	200/5	5.520	4.862	50.413	267.773
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>5.920</b>	<b>5.262</b>	<b>63.413</b>	<b>324.973</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Barščiai su bulvėmis</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SB-1(15)AT	150	1.600	4.060	14.530	97.430
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Trinta bulvienė su salierais</b> ( <i>tausojantis</i> )	SAM-LRVVKA-SR/S-20Sr	150	1.350	10.080	8.610	119.235
2. Skrebučiai	VšĮ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena</b>	BG11-5/101T	180	15.621	3.465	37.955	245.502
1. Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ( <i>augalinis</i> )	BG2-1/18A	80	0.595	6.502	2.113	69.346
<b>2. Keptos vištienos blauzdelės</b> ( <i>tausojantis</i> )	SB-10(28)T	100	22.987	13.383	1.805	241.185
2. Virti griekiai ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SAM-ŠIL-GA/PA(52)	80	3.844	0.785	21.411	108.190
2. Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi ( <i>augalinis</i> )	SB/TR-2(38)A	80	0.900	3.200	6.100	51.500
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>19.406</b>	<b>15.847</b>	<b>67.053</b>	<b>484.848</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>29.726</b>	<b>27.813</b>	<b>41.863</b>	<b>549.215</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas ( <i>tausojantis</i> )	BG7-8/169T	120	15.022	10.233	24.979	251.991
Natūralus jogurtas (2,5%)	SAM-Ž-PA(448/1066)	20	0.860	0.700	1.180	14.460
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>15.927</b>	<b>10.933</b>	<b>36.794</b>	<b>307.101</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>41.253</b>	<b>32.042</b>	<b>167.260</b>	<b>1116.922</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>51.573</b>	<b>44.008</b>	<b>142.070</b>	<b>1181.289</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė ( <i>tausojantis</i> )	SB-3(35)T	200	9.045	2.564	43.892	233.725
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>9.480</b>	<b>7.094</b>	<b>56.932</b>	<b>328.125</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Raugintų kopūstų sriuba</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SB-1(14)AT	150	1.290	3.160	9.600	71.918
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Daržovių sriuba su makaronais</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SB-1(2)AT	150	3.300	1.767	17.557	99.237
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Kapotos vištienos kepsniukas</b>	SC-I(44)	70	16.001	11.922	7.965	201.880
1. Virtos bulvės ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
1. Morkų ir obuolių salotos	SB-2(44)A	80	0.451	5.101	7.370	73.386
<b>2. Burokėlių kotletukai</b> , kepti garuose ( <i>tausojantis</i> )	SB-4(19)T	90	5.676	4.977	28.252	180.312
2. Virti rudieji ryžiai ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	VŠJ-TM-Gr007	80	4.104	0.568	25.304	122.400
2. Pomidorų - kalafiorų salotos	SB-2(8)	80	1.200	8.260	4.300	93.260
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>21.186</b>	<b>22.096</b>	<b>54.354</b>	<b>495.861</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>14.670</b>	<b>9.132</b>	<b>83.568</b>	<b>474.519</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45%) ir virtu kumpiu ( <i>tausojantis</i> )	SB-16(6)T	120	15.750	10.575	22.425	291.375
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>15.750</b>	<b>10.575</b>	<b>22.425</b>	<b>291.375</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>46.416</b>	<b>39.765</b>	<b>133.711</b>	<b>1115.361</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>39.900</b>	<b>26.801</b>	<b>162.925</b>	<b>1094.019</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Technologė Sigutė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	SB-3(3)T	200/5	5.160	7.790	38.080	302.804
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>5.560</b>	<b>8.190</b>	<b>51.080</b>	<b>360.004</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Avinžirnių sriuba su žalumynais (augalinis, tausojantis)</b>	SB-1(16)AT	150	6.520	4.080	16.720	129.850
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)</b>	BG1-3/28AT	150	1.881	3.156	13.173	88.616
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARSTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Maltos žuvies paplotėlis kukurūzų plutelėje (tausojantis)</b>	SB/D-9(2)T	70	13.370	5.050	8.500	132.250
1. Brinkinti griekiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis, tausojantis)	Vš]-TM-Kr027	80	4.556	2.388	21.400	125.328
1. Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvyogių aliejumi (augalinis)	SB-2(37)A	80	0.960	8.192	3.012	89.616
<b>2. Kepti varškėčiai</b>	SB-7(8)	120	17.700	13.800	32.900	323.100
2. Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>26.996</b>	<b>21.530</b>	<b>62.087</b>	<b>549.614</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>21.216</b>	<b>18.776</b>	<b>69.163</b>	<b>524.936</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	BG3-6/120	120	7.461	10.399	32.848	254.835
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>7.506</b>	<b>10.399</b>	<b>43.483</b>	<b>295.485</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>40.062</b>	<b>40.119</b>	<b>156.650</b>	<b>1205.103</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>34.282</b>	<b>37.365</b>	<b>163.726</b>	<b>1180.425</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su braškėmis ( <i>tausojantis</i> )	SB/M-3(19)T	200/10	8.991	8.768	36.273	270.383
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>9.391</b>	<b>9.168</b>	<b>49.273</b>	<b>327.583</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Trinta moliūgų sriuba</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SB-1(25)AT	150	1.420	2.390	11.030	70.965
1. Skrebučiai	Vš[-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
<b>2. Perlinių kruopų sriuba su pomidorais</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	Vš[-TM-Sr021	150	2.780	2.470	19.960	113.230
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Jautienos beftrogenas</b> ( <i>tausojantis</i> )	SB-12(2)T	80 (50/30)	11.491	9.233	6.773	155.762
1. Bulvių košė su morkomis ( <i>tausojantis</i> )	Vš[-TM-Gr012.2	100	2.220	2.950	16.130	99.940
1. Raudonųjų kopūstų salotos ( <i>augalinis</i> )	SB-2(17)A	80	1.100	6.100	5.000	71.200
<b>2. Cukinių ir morkų kepsnelis</b>	SB-4(21)	90	5.532	9.165	25.883	202.513
2. Viso grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	BG6-3/61AT	80	3.698	1.589	19.647	107.683
2. Daržovės (kalafiorai, brokoliai, žalios šparaginės pupelės), keptos konvekciniame pečiuje ( <i>tausojantis</i> )	SB-4(15)T	80	1.920	5.307	4.169	68.782
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>16.876</b>	<b>21.038</b>	<b>42.870</b>	<b>426.972</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>15.520</b>	<b>20.351</b>	<b>82.114</b>	<b>564.778</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Daržovių troškiny su pieniškomis dešrelėmis (a.r) ( <i>tausojantis</i> )	SB-4(48)T	160 (111/49)	7.648	12.793	15.728	204.272
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>7.648</b>	<b>12.793</b>	<b>15.728</b>	<b>204.272</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>33.915</b>	<b>42.999</b>	<b>107.871</b>	<b>958.827</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>32.559</b>	<b>42.312</b>	<b>147.115</b>	<b>1096.633</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Technologė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis)	SB-3(2)T	200	11.304	4.611	46.975	274.565
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>11.704</b>	<b>5.011</b>	<b>59.975</b>	<b>331.765</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Pupelių sriuba (augalinis, tausojantis)</b>	Vš]-TM-Sr014	150	2.260	2.310	17.390	99.390
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Špinatų sriuba (augalinis, tausojantis)</b>	Vš]-TM-Sr008	150	1.360	3.429	9.390	53.490
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Natūralus kalakutienos maltinukas su kviečių sėlenomis (tausojantis)</b>	Vš]-TM-P016	70	17.098	5.093	4.769	133.324
1. Perlinis kuskusas (augalinis, tausojantis)	Vš]-TM-Gr003	90	3.816	0.477	23.508	113.562
1. Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SB-2(19)A	80	1.440	4.990	7.790	78.329
<b>2. Plovas su vištiena (tausojantis)</b>	Vš]-TM-P023	180	25.295	10.080	35.693	334.694
2. Pjaustyti pomidorai (augalinis)	Vš]-TM-D000.3	70	0.700	0.140	2.870	15.540
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>26.204</b>	<b>14.690</b>	<b>65.912</b>	<b>497.175</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>28.945</b>	<b>15.469</b>	<b>60.408</b>	<b>476.294</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Manų košė su cinamonu (tausojantis)	SB-3(4)T	250	9.216	3.638	56.388	297.838
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>9.251</b>	<b>7.768</b>	<b>56.428</b>	<b>335.038</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>47.159</b>	<b>27.469</b>	<b>182.315</b>	<b>1163.978</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>49.900</b>	<b>28.248</b>	<b>176.811</b>	<b>1143.097</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

10

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	SB-3(40)T	200	9.183	3.397	44.773	235.680
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>9.618</b>	<b>7.927</b>	<b>57.813</b>	<b>330.080</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Lėšių sriuba</b> (augalinis, tausojantis)	SB-1(3)AT	150	5.436	0.680	18.101	100.224
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Trinta sūrio sriuba</b> (tausojantis)	SB-1(8)T	150	4.346	8.967	12.011	145.063
2. Skrebučiai	VŠJ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Troškinta kalakutiena</b> (tausojantis)	VŠJ-TM-P022	70	13.554	9.170	2.074	145.058
1. Perlinis kuskusas (augalinis, tausojantis)	VŠJ-TM-Gr003	90	3.816	0.477	23.508	113.562
1. Pekino kopūstų, kalafiorų ir virtų morkų salotos	SB-2(14)	80	1.208	6.375	3.780	73.459
<b>2. Virti varškėtukai</b> (9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	BG7-3/60T	140	17.733	8.363	37.673	312.006
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>25.604</b>	<b>18.522</b>	<b>59.918</b>	<b>504.873</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>23.084</b>	<b>22.195</b>	<b>54.086</b>	<b>530.124</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	VŠJ-TM-M004	120	8.508	16.212	43.668	354.648
Trinti kepti obuoliai (augalinis, tausojantis)	SB-14(3)AT	20	0.100	0.100	3.500	14.100
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>8.608</b>	<b>16.312</b>	<b>47.168</b>	<b>368.748</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>43.830</b>	<b>42.761</b>	<b>164.899</b>	<b>1203.701</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>41.310</b>	<b>46.434</b>	<b>159.067</b>	<b>1228.952</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštutaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	SB-3(36)T	200/5	8.070	7.339	43.432	270.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>8.470</b>	<b>7.739</b>	<b>56.432</b>	<b>327.400</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Tiršta šviežių kopūstų sriuba</b> su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	BG1-3/28AT	150	1.881	3.156	13.173	88.616
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Bulvių sriuba su kvietinėmis kruopomis</b> (augalinis, tausojantis)	SB-1(44)AT	150	2.200	2.290	14.350	87.030
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Kiaulienos maltinis</b> (tausojantis)	SB-11(5)T	70	13.238	6.308	12.639	160.207
1. Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	SAM-ŠIL-GA/PA(52)	80	3.844	0.785	21.411	108.190
1. Daržovių (kopūstai, morkos, paprika, pomidorai, agurkai) salotos (augalinis)	SB-2(33)A	80	11.600	1.156	5.220	35.650
<b>2. Vegetariškas plovas su daržovėmis</b> (tausojantis)	SB-3(12)T	180	4.769	6.134	35.238	219.264
2. Pomidorų skiltelės su šviežiomis petražolėmis (augalinis)	SB-2(12)A	70	0.631	7.169	2.964	75.813
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>32.153</b>	<b>13.225</b>	<b>64.898</b>	<b>465.233</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>9.190</b>	<b>17.413</b>	<b>65.007</b>	<b>454.677</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	SB-1(48)T	250	10.435	8.630	37.540	272.000
Sumuštinių duona	SB-16(33)	25	1.975	1.125	12.975	69.925
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>12.445</b>	<b>13.885</b>	<b>50.555</b>	<b>379.125</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>53.068</b>	<b>34.849</b>	<b>171.885</b>	<b>1171.758</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>30.105</b>	<b>39.037</b>	<b>171.994</b>	<b>1161.202</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais ( <i>tausojantis</i> )	SB/M-3(5)T	200	9.278	9.584	36.188	267.827
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>9.678</b>	<b>9.984</b>	<b>49.188</b>	<b>325.027</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Trinta žaliųjų žirnelių sriuba</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	VšĮ-TM-Sr016	150	3.190	2.190	12.480	82.410
1. Skrebučiai	VšĮ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
<b>2. Daržovių sultinys su makaronais</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SB-1(40)AT	150	3.151	0.776	17.680	89.056
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Žuvies kepinukas</b> (jūros lydeka)	SC-I(43)	70	11.471	10.192	8.301	171.313
1. Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	BG3-5/105AT	80	2.392	2.041	18.321	101.219
1. Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir žalumynais ( <i>augalinis</i> )	SB-2(46)A	80	1.106	6.582	7.312	91.888
<b>2. Virtų bulvių cepelinai su kiauliena</b>	SB/M-4(23)T	160 (107/53)	16.490	6.493	34.724	263.360
2. Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	AB-5	20	0.540	8.070	0.810	77.560
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>18.804</b>	<b>21.370</b>	<b>50.351</b>	<b>475.935</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>21.771</b>	<b>17.159</b>	<b>65.669</b>	<b>502.546</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių lietinis blynėlis su varške (9%)	SB-6(2)	135 (90/45)	14.370	11.530	34.740	295.830
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>14.730</b>	<b>16.030</b>	<b>35.205</b>	<b>339.780</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>43.212</b>	<b>47.384</b>	<b>134.744</b>	<b>1140.742</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>46.179</b>	<b>43.173</b>	<b>150.062</b>	<b>1167.353</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) (tausojojantis)	SB-3(3)T	200/5	5.160	7.790	38.080	302.804
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>5.560</b>	<b>8.190</b>	<b>51.080</b>	<b>360.004</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Pomidorinė sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis, tausojantis)</b>	SAM-ŠVSB-SR (15)	150	1.670	3.220	12.120	80.220
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)</b>	VšĮ-TM-Sr026	150	1.591	3.281	13.056	89.216
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Kiaulienos guliašas (tausojojantis)</b>	SB-11(2)T	80	14.645	7.777	3.242	141.317
1. Bulvių košė (tausojojantis)	VšĮ-TM-Gr012	90	2.043	2.628	15.012	91.881
1. Virtų burokėlių ir šviežių agurkų salotos su šalto spaudimo aliejumi (augalinis)	SB-2(13)A	80	1.400	2.000	7.490	58.350
<b>2. Daržovių kotletas, keptas konvekciniame pečiuje (tausojojantis)</b>	SB-4(18)T	90	8.920	4.068	29.760	187.183
2. Brinkinti griekiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis, tausojantis)	VšĮ-TM-Kr027	80	4.556	2.388	21.400	125.328
2. Morkų, salierų gumbų ir pastarnokų lazdelės, keptos konvekciniame pečiuje (augalinis, tausojantis)	SB-4(11)AT	80	0.600	3.200	14.500	81.800
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>21.348</b>	<b>17.445</b>	<b>50.319</b>	<b>444.338</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>16.657</b>	<b>11.557</b>	<b>76.671</b>	<b>474.297</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mielinė bandelė su dešrele	SB-16(21)AT	120	10.700	16.132	36.800	330.088
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>10.700</b>	<b>16.132</b>	<b>36.800</b>	<b>330.088</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>37.608</b>	<b>41.767</b>	<b>138.199</b>	<b>1134.430</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>32.917</b>	<b>35.879</b>	<b>164.551</b>	<b>1164.389</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ( <i>tausojantis</i> )	SB-3(4)T	200	7.373	2.910	45.110	238.270
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>7.808</b>	<b>7.440</b>	<b>58.150</b>	<b>332.670</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Agurkinė sriuba</b> su perlinėmis kruopomis ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SB-1(23)AT	150	3.19	1.31	24.19	84.530
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Trinta brokolių sriuba</b> ( <i>tausojantis</i> )	SB-1(6)T	150	2.740	7.628	9.669	118.826
2. Skrebučiai	VšĮ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Vištienos file kepsnys</b>	SB-10(17)	70	19.005	6.990	7.505	167.200
1. Troškintos morkos su ryžiais ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	BG4-5/104AT	80 (48/32)	1.415	3.171	14.482	135.517
2. Šviežios daržovės - agurkai, paprikos	VšĮ-TM-D006(13)	70	0.735	0.245	3.115	17.605
<b>2. Virti makaronai su troškinta kalakutienu</b> ( <i>tausojantis</i> )	SB-10(7)T	180 (141/20)	15.867	10.989	38.961	316.494
2. Cukinijų, agurkų ir morkų salotos ( <i>augalinis</i> )	SB-2(35)A	80	0.850	6.138	5.368	80.122
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>25.935</b>	<b>13.536</b>	<b>61.747</b>	<b>477.422</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>20.102</b>	<b>25.120</b>	<b>57.935</b>	<b>544.547</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu (82%) ( <i>tausojantis</i> )	SB-3(38)T	250/7	11.216	11.379	50.241	344.784
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>11.216</b>	<b>11.379</b>	<b>50.241</b>	<b>344.784</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>44.959</b>	<b>32.355</b>	<b>170.138</b>	<b>1154.876</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>39.126</b>	<b>43.939</b>	<b>166.326</b>	<b>1222.001</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška penkių rūšių dribsnių košė ( <i>tausojantis</i> )	SB-3(22)T	200	13.713	4.727	49.653	296.100
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>14.113</b>	<b>5.127</b>	<b>62.653</b>	<b>353.300</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	SB-1(13)AT	150	2.212	1.268	12.072	68.473
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Pomidorinė sriuba su ryžiais</b> ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	BG1-3/33AT	150	1.503	3.372	14.717	95.232
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Kiaulienos plovos</b> ( <i>tausojantis</i> )	SAM-ŠVSB-K/P(1)	180 (45/135)	15.952	12.435	29.604	313.197
1. Rauginti agurkai	SB-4(26)	70	3.593	0.000	1.680	19.717
<b>2. Vištienos maltinukas</b> ( <i>tausojantis</i> )	SB-10(10)T	70	14.850	5.730	10.170	149.930
2. Perlinis kuskusas ( <i>augalinis, tausojantis</i> )	VŠ-TM-Gr003	90	3.816	0.477	23.508	113.562
2. Pomidorų - kalafiorų salotos	SB-2(8)	80	1.200	8.260	4.300	93.260
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>23.347</b>	<b>15.523</b>	<b>55.811</b>	<b>473.957</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>22.959</b>	<b>19.659</b>	<b>65.150</b>	<b>524.554</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45%) ir virtu kumpiu ( <i>tausojantis</i> )	SB-16(6)T	120	15.750	10.575	22.425	291.375
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>15.750</b>	<b>10.575</b>	<b>22.425</b>	<b>291.375</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>53.210</b>	<b>31.225</b>	<b>140.889</b>	<b>1118.632</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>52.822</b>	<b>35.361</b>	<b>150.228</b>	<b>1169.229</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Technologė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	SB-3(38)T	200/7	8.973	9.103	40.193	275.827
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>9.373</b>	<b>9.503</b>	<b>53.193</b>	<b>333.027</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Daržovių sriuba su makaronais</b> (augalinis, tausojantis)	SB-1(2)AT	150	3.300	1.767	17.557	99.237
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Perlinių kruopų sriuba</b> (augalinis, tausojantis)	SB-1(19)T	150	2.514	3.864	19.376	121.716
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Vištienos kumpeliai</b> , kepti konvekciniame pečiuje (tausojantis)	SB-10(9)T	70	16.860	11.040	0.220	167.580
1. Bulvių košė (tausojantis)	VŠ[-TM-Gr012	90	2.043	2.628	15.012	91.881
1. Morkų, obuolių ir salierų salotos (augalinis)	SB-2(36)A	80	0.600	6.200	6.900	83.600
<b>2. Pupelių</b> (baltųjų ir rudųjų) <b>ir daržovių</b> (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) <b>troškiny</b> (augalinis, tausojantis)	SB-5(5)AT	230 (115/115)	13.473	11.089	44.759	321.759
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>24.393</b>	<b>23.455</b>	<b>52.144</b>	<b>514.868</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>17.577</b>	<b>16.773</b>	<b>76.590</b>	<b>516.045</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti bulviniai kukuliukai (tausojantis)	SB-4(49)T	140	4.207	2.322	32.911	166.289
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	AB-5	30	0.810	12.105	1.215	116.340
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>5.017</b>	<b>14.427</b>	<b>34.126</b>	<b>282.629</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>38.783</b>	<b>47.385</b>	<b>139.463</b>	<b>1130.524</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>31.967</b>	<b>40.703</b>	<b>163.909</b>	<b>1131.701</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	SB-3(34)T	200	6.960	2.600	43.560	228.713
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>7.395</b>	<b>7.130</b>	<b>56.600</b>	<b>323.113</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Trinta morkų ir lešiu sriuba (augalinis, tausojantis)</b>	SB-1(1)AT	150	5.176	6.698	17.437	144.482
1. Skrebučiai	VŠI-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
<b>2. Špinatų sriuba (augalinis, tausojantis)</b>	SB-1(2)AT	150	1.570	4.260	9.250	80.370
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Žuvies (lydekų ir laišių) file paplotėlis, keptas konvekciniėje krosnyje (tausojantis)</b>	SAM-Ž-A(50)	70	14.460	11.360	3.690	174.800
1. Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	SAM-ŠIL-GA/PA(52)	80	3.844	0.785	21.411	108.190
2. Troškintos daržovės (morkos, kalafiorai, žirnėliai) (tausojantis)	SB-4(16)T	80	1.961	7.568	7.038	89.856
<b>2. Lazanija su mėsa (kiauliena) (tausojantis)</b>	SB/M-11(8)T	140	16.290	15.063	26.190	320.754
2. Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo aliejumi (augalinis)	SB-2(18)A	80	0.860	6.000	3.720	72.500
1, 2. Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>26.086</b>	<b>26.776</b>	<b>53.513</b>	<b>546.433</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>20.310</b>	<b>27.143</b>	<b>51.615</b>	<b>546.194</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	SB-7(8)	100	14.750	11.500	27.417	269.250
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>15.110</b>	<b>16.000</b>	<b>27.882</b>	<b>313.200</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>48.591</b>	<b>49.906</b>	<b>137.995</b>	<b>1182.746</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>42.815</b>	<b>50.273</b>	<b>136.097</b>	<b>1182.507</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštautaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	SB-3(3)T	200/5	5.160	7.790	38.080	302.804
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>5.560</b>	<b>8.190</b>	<b>51.080</b>	<b>360.004</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Barščiai su bulvėmis</b> (augalinis, tausojantis)	SB-1(15)AT	150	1.600	4.060	14.530	97.430
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Spindulinių pupuolių sriuba</b> (augalinis, tausojantis)	SB-1(42)AT	150	4.400	3.200	14.000	101.000
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Troškinta jautiena</b> su grietinės padažu (tausojantis)	SB-12(3)T	70 (50/20)	11.538	9.840	4.103	151.197
1. Konvekciniame pečiuje keptos bulvės su apelsinų sultimis (augalinis, tausojantis)	BG4-8/163AT	90	2.099	5.359	18.398	130.224
1. Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SB-2(17)A	80	0.800	3.200	5.600	47.600
<b>2. Varškės ir cukinijų kepsnelis</b> , keptas konvekciniėje krosnyje (tausojantis)	BG7-7/161T	140	16.088	13.786	8.548	222.418
2. Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
2. Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)	SB-2(6)A	70	0.648	5.045	1.891	52.105
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>17.627</b>	<b>24.279</b>	<b>55.086</b>	<b>499.021</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>23.086</b>	<b>28.351</b>	<b>37.359</b>	<b>492.043</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Moliūgų blynai su kefyru (2,5%)	SB-4(25)	120	10.394	13.020	26.230	260.433
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Šviežios morkos šiaudeliais (augalinis)	BG-1D	40	0.400	0.800	3.480	22.720
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>11.154</b>	<b>18.320</b>	<b>30.175</b>	<b>327.103</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>34.341</b>	<b>50.789</b>	<b>136.341</b>	<b>1186.128</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>39.800</b>	<b>54.861</b>	<b>118.614</b>	<b>1179.150</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausoįantis)	SB-3(35)T	200	9.045	2.564	43.892	233.725
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
<b>Iš viso:</b>			<b>9.480</b>	<b>7.094</b>	<b>56.932</b>	<b>328.125</b>
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
<b>SRIUBOS</b>						
<b>1. Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)</b>	SB-1(14)AT	150	1.290	3.160	9.600	71.918
1. Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
<b>2. Kukurūzų sriuba (tausoįantis)</b>	SB-1(9)T	150	2.530	4.973	11.201	105.453
2. Skrudintas batonas	SB-16(4)	18	1.580	0.900	10.380	55.940
<b>KARŠTI PATIEKALAI</b>						
<b>1. Kalakutienos kukulis su morkomis (tausoįantis)</b>	BG10-3/62T	70 (56/14)	14.300	4.800	7.600	128.700
1. Viso grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi (augalinis, tausojantis)	BG6-3/61AT	80	3.698	1.589	19.647	107.683
1. Virtų burokėlių salotos su šviežiaus obuoliais (augalinis)	BG2-3/63A	80	0.700	8.100	8.200	105.300
<b>2. Keptos vištienos blauzdelės (tausoįantis)</b>	SB-10(28)T	100	22.987	13.383	1.805	241.185
2. Virti rudieji ryžiai (augalinis, tausojantis)	VšĮ-TM-Gr007	80	4.104	0.568	25.304	122.400
2. Pjaustyti pomidorai (augalinis)	VšĮ-TM-D000.3	70	0.700	0.140	2.870	15.540
<b>1, 2. Vanduo su citrina</b>	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
<b>Iš viso (1-1):</b>			<b>21.578</b>	<b>19.469</b>	<b>57.502</b>	<b>486.171</b>
<b>Iš viso (2-2):</b>			<b>31.451</b>	<b>19.964</b>	<b>51.910</b>	<b>540.098</b>
Pavakariai 14:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Avižinių dribsnių košė su sviestu (tausoįantis)	SB-3(18)T	250/5	11.471	11.971	40.786	316.816
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Iš viso:</b>			<b>11.516</b>	<b>11.971</b>	<b>51.421</b>	<b>357.466</b>
<b>Iš viso dienos davinio (1-1):</b>			<b>42.574</b>	<b>38.534</b>	<b>165.855</b>	<b>1171.762</b>
<b>Iš viso dienos davinio (2-2):</b>			<b>52.447</b>	<b>39.029</b>	<b>160.263</b>	<b>1225.689</b>

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Technologė Sigutė Berštaitė

UAB „Šeimos valgykla“

Patvirtino ugdymo įstaiga:

20