

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo 3 priedas

VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
UKMERGĖS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
(teritorinio padalinio pavadinimas)

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2019 m. vasario 19 d. Nr. VVP-9171

Ukmergės Dukstynos pagrindinė mokykla, J. T. Vaižganto g. 44, Ukmergė
(vaikų ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos arba vaikų poilsio stovyklos pavadinimas, adresas)
UAB „SOTEGA“, Stoties g. 17, Plungė
(valgiaraštį teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas, adresas)

Įvertintas 11 m. ir vyr. vaikų amžiaus grupės
(1–3 m.; 4–7 m.; 6–10 m.; 11 m. ir vyresni ir kt.) (įrašyti tinkamą)
pusryčių / priešpiečių / pietų / pavakarių / vakarienes valgiaraštis.
(nereikalingą išbraukti)

Nustatytos neatitiktys (teisės akto pavadinimas, straipsnis, dalis, punktas, papunktis ar kt.):

Vertinimo išvada: suderinta / nesuderinta
(nereikalingą išbraukti)

Ši pažyma gali būti apskūsta teismui Lietuvos Respublikos administracinių bylų teisenos įstatymo nustatyta tvarka. (nurodoma tuo atveju, jei valgiaraštis nesuderinamas)


Vertinimą atliko:

Viršininkas – valstybinis
veterinarijos inspektorius


(parašas)

Ričardas Gleiznys
(vardas ir pavardė)

Vyriausioji specialistė – maisto
produktų inspektorė
(vertinimą atlikusio asmens pareigos)


(parašas)

Greta Dudėnienė
(vardas ir pavardė)

1 savaitė pirmadienis

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

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Manų košė (tausojantis) | IKRUOPN-14A | 250 g. | 7,48 | 2,64 | 38,20 | 211,77 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu | IUŽKN-16A | 40/5/25 g. | 5,87 | 7,47 | 22,06 | 173,88 |
| Arbatžolių arbata su cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 14,18 | 14,41 | 71,3 | 465,8 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Vištienos kepsneliai | AKMP-PNV-2 | 80 g. | 251,54 |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-3B | 150 g. | 207,28 |
| Burokėlių salotos su jogurtu | GSALN-139E | 90 g. | 37,73 |
| Virti žalieji žirnėliai (tausojantis) | GGARN-21B | 30 g. | 23,62 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8B | 150 g. | 79,50 |
| | | | 599,67 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis) | SRIN-116C | 150 g. | 54,58 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 94,89 |
| Virta dešrelė(aukšč.r.) (tausojantis) | AKMPN-54 | 90 g. | 239,40 |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-3B | 150 g. | 207,28 |
| Burokėlių salotos su jogurtu | GSALN-139H | 120 g. | 50,32 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 699,47 |



1 savaitė antradienis
Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). 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-16A | 250 g. | 8,25 | 3,55 | 35,56 | 207,68 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Skrebutis | IUŽKN-1B | 45 g. | 3,99 | 7,05 | 19,66 | 152,91 |
| Žolelių arbata be cukraus | GĖRN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Obuoliai (augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 12,67 | 15,1 | 68,26 | 450,74 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|--------------|--------|---------------------|
| Kiaulienos kepsnys su kmynais | AKMP-PNV-12E | 80 g. | 307,31 |
| Ryžių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-6B | 150 g. | 131,69 |
| Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu | GSAL-PNV-5B | 50 g. | 22,39 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12A | 70 g. | 53,48 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9B | 150 g. | 64,50 |
| | | | 683,37 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|-----------|---------------------|
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-3BB | 150 g. | 45,08 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 94,89 |
| Kiaulienos plovas troškintas(tausojantis) | AKMPN-88C | 50/200 g. | 410,17 |
| Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu | GSAL-PNV-5B | 50 g. | 22,39 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis) | GSALN-12Š | 80 g. | 61,33 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 780,86 |



1 savaitė trečiadienis

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

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė su cinamonu(tausojantis) | IKRUOPN-15L | 250 g. | 9,13 | 5,29 | 36,08 | 217,96 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Batonas su sviestu 82% ir varške 9% | IUŽKN-13KK | 40/5/25 g. | 7,79 | 7,47 | 26,28 | 197,71 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 16,95 | 16,86 | 62,4 | 452,82 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|------------|--------|---------------------|
| Lydekos filė rageliai | AŽUVPN-31D | 80 g. | 296,23 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14B | 150 g. | 138,54 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41B | 50 g. | 49,48 |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-75A | 70 g. | 70,40 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8B | 150 g. | 79,50 |
| | | | 634,15 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|--------|---------------------|
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-38AA | 150 g. | 46,85 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94B | 50 g. | 118,61 |
| Kalakutienos kukulis (tausojantis) | AKMPNN-164A | 80 g. | 128,32 |
| Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-7B | 150 g. | 144,48 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41B | 50 g. | 49,48 |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-75A | 70 g. | 70,40 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 611,14 |

611,14



Puslapis 3

1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). 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-22A | 250 g. | 7,68 | 2,90 | 46,32 | 246,37 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% | IUŽKN-8GG | 40/5/20 g. | 7,99 | 9,94 | 21,90 | 204,03 |
| Žolelių arbata be cukraus | GĖRN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 15,7 | 16,94 | 68,26 | 487,55 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|----------------|--------|---------------------|
| Maltas vištienos šnicelis | AKMP-SMLPC-38C | 80 g. | 364,27 |
| Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-7B | 150 g. | 144,48 |
| Morkų salotos su jogurtu | GSALN-128A | 50 g. | 19,87 |
| Burokėlių salotos su žal. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-30C | 70 g. | 123,40 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 704,02 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|----------|---------------------|
| Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis) | SRIN-117A | 150 g. | 80,11 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94B | 50 g. | 118,61 |
| Lydeka troškinta su daržovėmis pomidorų padaže(tausojantis) | AŽUVPN-10I | 80/60 g. | 146,13 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14B | 150 g. | 138,54 |
| Burokėlių salotos su žal. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-30D | 90 g. | 156,64 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 692,03 |



1 savaitė penktadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). 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-13F | 220 g. | 8,00 | 3,29 | 34,19 | 195,91 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22% | IUŽKN-9U | 40/5/20 g. | 7,43 | 9,62 | 25,96 | 214,51 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 15,86 | 17,41 | 73,19 | 500,57 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Bulvių plokštainis | ADRŽPN-47F | 220 g. | 316,05 |
| Pieno 2,5% padažas | PADN-2 | 20 g. | 12,96 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44M | 120 g. | 119,78 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9B | 150 g. | 64,50 |
| | | | 617,29 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|-----------|--------------|---------------------|
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRIN-39L | 150 g. | 73,87 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 47,44 |
| Makaronai su žiediniais kopūstais ir vištiena (tausojantis) | AMLTN-55 | 147/48/55 g. | 418,04 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44M | 120 g. | 119,78 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 806,13 |



Puslapis 5

2 savaitė pirmadienis

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

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Trijų grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis) | IKRUOPN-24L | 250 g. | 8,71 | 3,41 | 37,34 | 210,95 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% | IUŽKN-8X | 50/5/20 g. | 8,68 | 10,05 | 27,36 | 228,40 |
| Mėtų arbata be cukraus | GĖRN-77B | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 17,42 | 17,56 | 64,74 | 476,5 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|----------------|--------|---------------------|
| Kiaulienos kepsnys | AKMP-SMLPC-10C | 80 g. | 229,23 |
| Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-8B | 150 g. | 131,14 |
| Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-161H | 120 g. | 117,89 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 97,00 |
| | | | 575,26 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|------------|----------|---------------------|
| Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-118A | 150 g. | 80,64 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 94,89 |
| Garinis kiaulienos zrazas įdarytas ryžiais (tausojantis) | AKMPN-12E | 51/29 g. | 149,60 |
| Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-8B | 150 g. | 131,14 |
| Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-161H | 120 g. | 117,89 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 97,00 |
| | | | 671,16 |



2 savaitė antradienis

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

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|-------------------------|-------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Ryžių košė(tausojantis) | IKRUOPN-12A | 250 g. | 6,03 | 3,05 | 39,11 | 201,31 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Skrebutis | IUŽKN-1B | 45 g. | 3,99 | 7,05 | 19,66 | 152,91 |
| Kmynų arbata be cukraus | GĖRN-46C | 200 g. | 0,04 | 0,03 | 0,10 | 0,67 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 10,49 | 14,63 | 71,91 | 445,04 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|--------|---------------------|
| Įdarytas maltas vištienos kotletas | AKMP-PNV-6B | 80 g. | 218,36 |
| Grikių košė garnyriui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-7B | 150 g. | 144,48 |
| Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-40A | 50 g. | 42,89 |
| Troškintos morkos su grietinės 30% padažu | GSALN-124A | 70 g. | 51,17 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 603,9 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|--------|---------------------|
| Agurkinė sriuba(augalinis) (tausojantis) | SRIN-66 | 150 g. | 62,18 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 71,17 |
| Virti silkės maltiniai (tausojantis) | AŽUVPN-52C | 80 g. | 203,27 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13B | 150 g. | 125,15 |
| Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-40A | 50 g. | 42,89 |
| Troškintos morkos su grietinės 30% padažu | GSALN-124A | 70 g. | 51,17 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 702,83 |



2 savaitė trečiadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). 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-13A | 250 g. | 9,10 | 3,74 | 38,85 | 222,63 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu | IUŽKN-15M | 50/5/25 g. | 7,81 | 8,43 | 31,92 | 227,10 |
| Žolelių arbata be cukraus | GĖRN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 16,94 | 16,27 | 70,81 | 486,88 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|---------------------|
| Vištienos kepinukai | AKMPN-49A | 80 g. | 251,54 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5B | 150 g. | 236,76 |
| Burokėliai su užpilu (augalinis) | GSALN-55A | 70 g. | 59,38 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12B | 50 g. | 38,99 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30C | 150 g. | 78,00 |
| | | | 664,67 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|---------------|--------|---------------------|
| Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI-SMLPC-10B | 150 g. | 72,95 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94B | 50 g. | 118,61 |
| Troškinti kalakutienos maltiniai (tausojantys) | AKMP-PNV-17D | 80 g. | 170,66 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5B | 150 g. | 236,76 |
| Burokėliai su užpilu (augalinis) | GSALN-55A | 70 g. | 59,38 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12B | 50 g. | 38,99 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30C | 150 g. | 78,00 |
| | | | 775,35 |



2 savaitė ketvirtadienis

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

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė (tausojantis) | IKRUOPN-15G | 220 g. | 7,98 | 4,61 | 30,70 | 188,35 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) | IUŽKN-12ŪŪ | 50/5/20 g. | 6,28 | 9,21 | 27,34 | 210,40 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 0,40 | 0,30 | 13,40 | 52,00 |
| | | | 14,69 | 18,22 | 71,48 | 487,9 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Silkės filė kotletas | AŽUVPN-53A | 80 g. | 209,69 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14D | 180 g. | 166,25 |
| Virti žalieji žirnėliai (tausojantis) | GGARN-21 | 50 g. | 39,37 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44E | 80 g. | 80,13 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9 | 200 g. | 86,00 |
| | | | 581,44 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-----------|---------------------|
| Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (burokėl,mork,) (augalinis) (tausojantis) | SRIN-60A | 150 g. | 39,73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94B | 50 g. | 118,61 |
| Vištienos ir grikių troškiny (tausojantis) | AKMPN-58F | 66/164 g. | 299,59 |
| Virti žalieji žirnėliai (tausojantis) | GGARN-21A | 40 g. | 31,49 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44E | 80 g. | 80,13 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 612,55 |



2 savaitė penktadienis

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

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|-------------------------------------|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Manų košė su cinamonu (tausojantis) | IKRUOPN-14L | 250 g. | 7,54 | 2,69 | 39,40 | 215,69 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Batonas su sviestu 82% ir varške 9% | IUŽKN-130 | 50/5/25 g. | 8,73 | 7,75 | 32,62 | 227,85 |
| Žolelių arbata be cukraus | GERN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 16,3 | 14,54 | 72,06 | 480,69 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|---------------------|
| Kiaulienos šnicelis | AKMPN-7H | 80 g. | 240,47 |
| Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) | GGARN-12A | 130 g. | 190,05 |
| Morkų salotos su citrina ir aliejumi (augalinis) | GSALN-110 | 50 g. | 67,71 |
| Burokėliai troškinti su obuoliais (tausojantis) | GSALN-81E | 70 g. | 53,00 |
| Kefyras 2,5% | GERN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Obuoliai (augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 708,23 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|------------|-----------|---------------------|
| Daržovių sriuba (kopūst, mork, bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis) | SRIN-104W | 150 g. | 51,25 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94B | 50 g. | 118,61 |
| Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis) | ADRŽPN-37A | 214/36 g. | 340,66 |
| Pieno 2,5% padažas | PADN-2A | 30 g. | 19,43 |
| Kefyras 2,5% | GERN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Obuoliai (augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| Morka (augalinis) | IVNT-100C | 150 g. | 46,50 |
| | | | 733,45 |



3 savaitė pirmadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). 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-13F | 220 g. | 8,00 | 3,29 | 34,19 | 195,91 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) | IUŽKN-12ŪŪ | 50/5/20 g. | 6,28 | 9,21 | 27,34 | 210,40 |
| Žolelių arbata be cukraus | GĖRN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 14,31 | 16,6 | 61,57 | 443,46 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|--------|---------------------|
| Vištienos kepsnys "Jūratė" | AKMPN-45A | 80 g. | 237,47 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5B | 150 g. | 236,76 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais (augalinis) | GSAL-PNV-17E | 50 g. | 27,96 |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-149E | 70 g. | 70,59 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9B | 150 g. | 64,50 |
| | | | 637,28 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|----------|---------------------|
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRIN-39L | 150 g. | 73,87 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94B | 50 g. | 118,61 |
| Vištienos guliašas (tausojantis) | AKMPN-51Q | 80/30 g. | 253,19 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5A | 130 g. | 205,20 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais (augalinis) | GSAL-PNV-17E | 50 g. | 27,96 |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-149E | 70 g. | 70,59 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 792,42 |



3 savaitė antradienis

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

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--------------------------------------|-------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė (tausojantis) | IKRUOPN-15A | 250 g. | 9,07 | 5,24 | 34,88 | 214,04 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Skrebutis | IUŽKN-1B | 45 g. | 3,99 | 7,05 | 19,66 | 152,91 |
| Kmynų arbata be cukraus | GĖRN-46C | 200 g. | 0,04 | 0,03 | 0,10 | 0,67 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 13,53 | 16,82 | 67,68 | 457,77 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Tešloje kepta lydekos filė | AŽUVPN-14A | 80 g. | 177,96 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14D | 180 g. | 166,25 |
| Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-65D | 70 g. | 134,82 |
| Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-121D | 60 g. | 70,69 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 601,72 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|----------------|--------|---------------------|
| Morkų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-121 | 150 g. | 58,01 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 94,89 |
| Virti malti kiaulienos voleliai su kiaušiniiais(tausojantis) | AKMP-SMLPC-15E | 80 g. | 174,95 |
| Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-7B | 150 g. | 144,48 |
| Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-65F | 60 g. | 115,56 |
| Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-121D | 60 g. | 70,69 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 710,58 |



3 savaitė trečiadienis

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

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Manų košė su sėlenėlėmis (tausojantis) | IKRUOPN-14O | 240/10 g. | 9,11 | 3,10 | 44,89 | 240,15 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Batonas su sviestu 82% ir varške 9% | IUŽKN-13KK | 40/5/25 g. | 7,79 | 7,47 | 26,28 | 197,71 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 17,73 | 14,87 | 82,21 | 518,01 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Kepti vištienos kepsneliai | AKMPN-23E | 80 g. | 282,79 |
| Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-8B | 150 g. | 131,14 |
| Burokėlių salotos su jogurtu | GSALN-139D | 70 g. | 29,36 |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-75 | 50 g. | 50,29 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 650,58 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|------------|----------|---------------------|
| Rūgštynių sriuba (augalinis)(tausojantis) | SRIN-35W | 150 g. | 42,09 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 47,44 |
| Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) | AKMPN-169 | 80/40 g. | 288,41 |
| Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-8A | 130 g. | 113,66 |
| Burokėlių salotos su jogurtu | GSALN-139E | 90 g. | 37,73 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 686,33 |



3 savaitė ketvirtadienis

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

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Penkių grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis) | IKRUOPN-16J | 250 g. | 8,31 | 3,60 | 36,76 | 211,60 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% | IUŽKN-8X | 50/5/20 g. | 8,68 | 10,05 | 27,36 | 228,40 |
| Mėtų arbata be cukraus | GĖRN-77D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 17,02 | 17,75 | 64,16 | 477,15 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|---------------------|
| Maltos kiaulienos suktinukas | AKMPN-11H | 80 g. | 233,76 |
| Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-2B | 150 g. | 289,06 |
| Virti žalieji žirneliai (tausojantis) | GGARN-21 | 50 g. | 39,37 |
| Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-106 | 70 g. | 91,83 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 697,02 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Energinė vertė kcal |
|---|---------------|--------|---------------------|
| Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-56W | 150 g. | 48,73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 94,89 |
| Virti lydekos maltiniai (tausojantis) | AŽUVPK-PNV-7B | 80 g. | 212,04 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14D | 180 g. | 166,25 |
| Virti žalieji žirneliai (tausojantis) | GGARN-21 | 50 g. | 39,37 |
| Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-106D | 80 g. | 104,94 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 709,22 |



3 savaitė penktadienis

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

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|---------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virtas kiaušinis (1vnt.) (tausojantis) | IKIAUŠN-13A | 50 g. | 6,15 | 5,85 | 0,35 | 78,50 |
| Batonas su sviestu 82% | IUŽKN-5H | 50/5 g. | 4,73 | 5,50 | 31,74 | 187,85 |
| Baltoji mišrainė su natūraliu jogurtu (bulv,mork,agurk,žirn) | GSALN-150G | 220 g. | 5,58 | 1,02 | 30,21 | 143,40 |
| Kmynų arbata be cukraus | GĖRN-46C | 200 g. | 0,04 | 0,03 | 0,10 | 0,67 |
| | | | 16,5 | 12,4 | 62,4 | 410,42 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|----------------|--------|---------------------|
| Kiaulienos kepinukai | AKMP-SMLPC-11E | 80 g. | 303,57 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13B | 150 g. | 125,15 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41B | 50 g. | 49,48 |
| Burokėliai troškinti grietinėje 30% | GSALN-79E | 70 g. | 42,64 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 677,84 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-------------|---------------------|
| Pupelių sriuba(augalinis) (tausojantis) | SRIN-30J | 150 g. | 70,96 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 71,17 |
| Balandėliai su kiaulienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis) | AKMPN-16F | 70/80/30 g. | 203,86 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13J | 120 g. | 100,12 |
| Burokėliai troškinti grietinėje 30% | GSALN-79B | 90 g. | 55,37 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 658,48 |



Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo 3 priedas

**VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
UKMERGĖS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA**
(teritorinio padalinio pavadinimas)

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2019 m. vasario 19 d. Nr. VVP-9172

Ukmergės Dukstynos pagrindinė mokykla, J. T. Vaižganto g. 44, Ukmergė
(vaikų ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos arba vaikų poilsio stovyklos pavadinimas, adresas)
UAB „SOTEGA“, Stoties g. 17, Plungė
(valgiaraštį teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas, adresas)

Įvertintas 6-10 m. vaikų amžiaus grupės
(1–3 m.; 4–7 m.; 6–10 m.; 11 m. ir vyresni ir kt.) (įrašyti tinkamą)
pusryčių / priešpiečių / pietų / pavakarių / vakarienes valgiaraštis.
(nereikalingą išbraukti)

Nustatytos neatitiktys (teisės akto pavadinimas, straipsnis, dalis, punktas, papunktis ar kt.):

Vertinimo išvada: suderinta / nesuderinta
(nereikalingą išbraukti)

Ši pažyma gali būti apskūsta teismui Lietuvos Respublikos administracinių bylų teisenos įstatymo nustatyta tvarka. (nurodoma tuo atveju, jei valgiaraštis nesuderinamas)

Vertinimą atliko:

Viršininkas – valstybinis
veterinarijos inspektorius


(parašas)

Ričardas Gleiznys
(vardas ir pavardė)

Vyriausioji specialistė – maisto
produktų inspektorė
(vertinimą atlikusio asmens pareigos)


(parašas)

Greta Dudėnienė
(vardas ir pavardė)

1 savaitė pirmadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Manų košė (tausojantis) | IKRUOPN-14H | 230 g. | 6,92 | 2,44 | 35,30 | 195,67 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu | IUŽKN-16A | 40/5/25 g. | 5,87 | 7,47 | 22,06 | 173,88 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 12,93 | 14,1 | 62,94 | 425,33 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|--------|---------------------|
| Vištienos kepsneliai | AKMP-PNV-2B | 70 g. | 220,09 |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-3A | 130 g. | 179,65 |
| Burokėlių salotos su jogurtu | GSALN-139D | 70 g. | 29,36 |
| Virti žalieji žirnėliai (tausojantis) | GGARN-21B | 30 g. | 23,62 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 505,72 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis) | SRIN-116C | 150 g. | 54,58 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 71,17 |
| Virta dešrelė (aukšč.r.) (tausojantis) | AKMPN-54A | 60 g. | 159,60 |
| Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-3A | 130 g. | 179,65 |
| Burokėlių salotos su jogurtu | GSALN-139G | 100 g. | 41,93 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 559,93 |



1 savaitė antradienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 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-16G | 220 g. | 7,26 | 3,13 | 31,30 | 182,75 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Skrebutis | IUŽKN-1F | 40 g. | 3,58 | 6,28 | 17,35 | 135,53 |
| Žolelių arbata be cukraus | GĖRN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 11,27 | 13,91 | 61,69 | 408,43 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|--------------|--------|---------------------|
| Kiaulienos kepsnys su kmynais | AKMP-PNV-12D | 70 g. | 268,90 |
| Ryžių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-6A | 130 g. | 114,13 |
| Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu | GSAL-PNV-5B | 50 g. | 22,39 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12B | 50 g. | 38,99 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 591,41 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|-----------|---------------------|
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-3BB | 150 g. | 45,08 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 71,17 |
| Kiaulienos plovė troškintas(tausojantis) | AKMPN-88A | 40/160 g. | 328,13 |
| Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu | GSAL-PNV-5B | 50 g. | 22,39 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12B | 50 g. | 38,99 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49A | 150 g. | 78,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 626,76 |



1 savaitė trečiadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui
Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė su cinamonu(tausojantis) | IKRUOPN-15J | 200 g. | 7,30 | 4,22 | 28,71 | 173,84 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Batonas su sviestu 82% ir varške 9% | IUŽKN-13J | 30/5/20 g. | 6,05 | 6,74 | 19,76 | 159,57 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 13,38 | 15,06 | 48,51 | 370,56 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|---------------------|
| Lydekos filė rageliai | AŽUVPN-31 | 70 g. | 235,74 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14A | 130 g. | 120,07 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41B | 50 g. | 49,48 |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-75 | 50 g. | 50,29 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8B | 150 g. | 79,50 |

535,08

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|------------|--------|---------------------|
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-38AA | 150 g. | 46,85 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 94,89 |
| Kalakutienos kukulis (tausojantis) | AKMPNN-164 | 70 g. | 112,30 |
| Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-7A | 130 g. | 124,25 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41B | 50 g. | 49,48 |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-75 | 50 g. | 50,29 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |

531,06



1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 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-22J | 220 g. | 6,76 | 2,55 | 40,76 | 216,78 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% | IUŽKN-8HH | 30/5/15 g. | 6,00 | 8,48 | 16,44 | 162,31 |
| Žolelių arbata be cukraus | GĖRN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 12,79 | 15,13 | 57,24 | 416,24 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|----------------|--------|---------------------|
| Maltas vištienos šnicelis | AKMP-SMLPC-38E | 70 g. | 318,92 |
| Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-7A | 130 g. | 124,25 |
| Morkų salotos su jogurtu | GSALN-128A | 50 g. | 19,87 |
| Burokėlių salotos su žal. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-30A | 50 g. | 88,16 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 603,2 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|----------|---------------------|
| Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis) | SRIN-117A | 150 g. | 80,11 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 94,89 |
| Lydeka troškinta su daržovėmis pomidorų padaže(tausojantis) | AŽUVPN-10C | 70/60 g. | 135,15 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14A | 130 g. | 120,07 |
| Burokėlių salotos su žal. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-30C | 70 g. | 123,40 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 605,62 |



1 savaitė penktadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 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 |
| Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22% | IUŽKN-9F | 30/5/15 g. | 5,58 | 8,24 | 19,48 | 170,17 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 13,29 | 15,73 | 63,6 | 438,42 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|-----------|--------|---------------------|
| Bulvių plokštainis | ADRŽPN-47 | 200 g. | 287,33 |
| Pieno 2,5% padažas | PADN-2 | 20 g. | 12,96 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44M | 120 g. | 119,78 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |

567,07

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|-----------|--------------|---------------------|
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRIN-39L | 150 g. | 73,87 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94E | 15 g. | 35,58 |
| Makaronai su žiediniais kopūstais ir vištiena (tausojantis) | AMLTN-55B | 118/38/44 g. | 334,42 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44 | 100 g. | 99,81 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49L | 120 g. | 62,40 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |

649,08



2 savaitė pirmadienis
Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui
Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Trijų grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis) | IKRUOPN-24I | 200 g. | 6,97 | 2,73 | 29,87 | 168,75 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% | IUŽKN-8BB | 40/5/15 g. | 6,69 | 8,59 | 21,90 | 186,68 |
| Mėtų arbata be cukraus | GĖRN-77B | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 13,69 | 15,42 | 51,81 | 392,58 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|----------------|--------|---------------------|
| Kiaulienos kepsnys | AKMP-SMLPC-10D | 70 g. | 200,57 |
| Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-8A | 130 g. | 113,66 |
| Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-161D | 100 g. | 98,22 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 97,00 |
| | | | 509,45 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|------------|----------|---------------------|
| Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-118A | 150 g. | 80,64 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 47,44 |
| Garinis kiaulienos zrazas įdarytas ryžiais (tausojantis) | AKMPN-12 | 45/25 g. | 146,21 |
| Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-8A | 130 g. | 113,66 |
| Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-161D | 100 g. | 98,22 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Bananas(augalinis) | IVNT-7D | 100 g. | 97,00 |
| | | | 583,17 |



2 savaitė antradienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|-------------------------|-------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Ryžių košė(tausojantis) | IKRUOPN-12I | 220 g. | 5,30 | 2,69 | 34,42 | 177,15 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Skrebutis | IUŽKN-1F | 40 g. | 3,58 | 6,28 | 17,35 | 135,53 |
| Kmynų arbata be cukraus | GĖRN-46C | 200 g. | 0,04 | 0,03 | 0,10 | 0,67 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 9,35 | 13,5 | 64,91 | 403,5 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|--------|---------------------|
| Įdarytas maltas vištienos kotletas | AKMP-PNV-6C | 70 g. | 197,51 |
| Griklių košė garnyriui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-7A | 130 g. | 124,25 |
| Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-40A | 50 g. | 42,89 |
| Troškintos morkos su grietinės 30% padažu | GSALN-124 | 50 g. | 36,55 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |

548,2

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|--------|---------------------|
| Agurkinė sriuba(augalinis) (tausojantis) | SRIN-66 | 150 g. | 62,18 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 47,44 |
| Virti silkės miltiniai (tausojantis) | AŽUVPN-52B | 70 g. | 177,91 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13A | 130 g. | 108,46 |
| Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis) | GSAL-WWW-40A | 50 g. | 42,89 |
| Troškintos morkos su grietinės 30% padažu | GSALN-124 | 50 g. | 36,55 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49A | 150 g. | 78,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |

596,43



2 savaitė trečiadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 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 |
| Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu | IUŽKN-15K | 40/5/20 g. | 6,25 | 7,56 | 25,54 | 189,11 |
| Žolelių arbata be cukraus | GĖRN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 13,56 | 14,65 | 56,66 | 404,36 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|---------------------|
| Vištienos kepinukai | AKMPN-49 | 70 g. | 220,10 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5A | 130 g. | 205,20 |
| Burokėliai su užpilu (augalinis) | GSALN-55B | 50 g. | 42,42 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12B | 50 g. | 38,99 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 558,71 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|---------------|--------|---------------------|
| Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRI-SMLPC-10B | 150 g. | 72,95 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94A | 40 g. | 94,89 |
| Troškinti kalakutienos miltiniai (tausojantys) | AKMP-PNV-17G | 70 g. | 149,44 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5E | 110 g. | 157,84 |
| Burokėliai su užpilu (augalinis) | GSALN-55B | 50 g. | 42,42 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-12B | 50 g. | 38,99 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 608,53 |



2 savaitė ketvirtadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė (tausojantis) | IKRUOPN-15 | 200 g. | 7,26 | 4,19 | 27,91 | 171,23 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.) | IUŽKN-12BB | 40/5/15 g. | 4,89 | 7,96 | 21,88 | 173,18 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 0,40 | 0,30 | 13,40 | 52,00 |
| | | | 12,58 | 16,55 | 63,23 | 433,56 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Energinė vertė kcal |
|---|-----------|--------|---------------------|
| Silkės filė kotletas | AŽUVPN-53 | 70 g. | 187,63 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14B | 150 g. | 138,54 |
| Virti žalieji žirneliai (tausojantis) | GGARN-21B | 30 g. | 23,62 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44E | 80 g. | 80,13 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9B | 150 g. | 64,50 |

494,42

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-----------|---------------------|
| Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (burokėl,mork.) (augalinis) (tausojantis) | SRIN-60A | 150 g. | 39,73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 71,17 |
| Vištienos ir grikių troškinys (tausojantis) | AKMPN-58 | 57/143 g. | 260,47 |
| Virti žalieji žirneliai (tausojantis) | GGARN-21B | 30 g. | 23,62 |
| Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis) | GSALN-44A | 70 g. | 70,12 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |

508,11



2 savaitė penktadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|-------------------------------------|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Manų košė su cinamonu (tausojantis) | IKRUOPN-14J | 200 g. | 6,03 | 2,14 | 31,36 | 172,02 |
| Sviestas 82% | IVNT-15D | 3 g. | 0,02 | 2,46 | 0,02 | 22,29 |
| Batonas su sviestu 82% ir varške 9% | IUŽKN-13K | 40/5/20 g. | 6,99 | 7,02 | 26,10 | 189,71 |
| Žolelių arbata be cukraus | GĖRN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 13,04 | 11,62 | 57,48 | 384,02 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|---------------------|
| Kiaulienos šnicelis | AKMPN-7 | 70 g. | 211,02 |
| Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) | GGARN-12 | 100 g. | 146,19 |
| Morkų salotos su citrina ir alieiumi (augalinis) | GSALN-110 | 50 g. | 67,71 |
| Burokėliai troškinti su obuoliais (tausojantis) | GSALN-81A | 50 g. | 37,84 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49A | 150 g. | 78,00 |
| Obuoliai (augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 593,76 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Energinė vertė kcal |
|--|------------|-----------|---------------------|
| Daržovių sriuba (kopūst, mork, bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis) | SRIN-104W | 150 g. | 51,25 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 71,17 |
| Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis) | ADRŽPN-37F | 189/31 g. | 299,28 |
| Pieno 2,5% padažas | PADN-2 | 20 g. | 12,96 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49A | 150 g. | 78,00 |
| Obuoliai (augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| Morka (augalinis) | IVNT-100B | 120 g. | 37,20 |
| | | | 602,86 |



3 savaitė pirmadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 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 virta dešra(aukšč.r.) | IUŽKN-12SS | 40/5/20 g. | 5,59 | 9,10 | 21,88 | 186,03 |
| Žolelių arbata be cukraus | GERN-42D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 12,9 | 16,19 | 53 | 401,28 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|--------|---------------------|
| Vištienos kepsnys "Jūratė" | AKMPN-45 | 70 g. | 207,77 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5A | 130 g. | 205,20 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais (augalinis) | GSAL-PNV-17E | 50 g. | 27,96 |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-149 | 50 g. | 50,43 |
| Geriamas vanduo | GERN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 534,36 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|--------------|----------|---------------------|
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRIN-39L | 150 g. | 73,87 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 47,44 |
| Vištienos guliašas (tausojantis) | AKMPN-51S | 70/30 g. | 198,33 |
| Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-5 | 100 g. | 157,84 |
| Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais (augalinis) | GSAL-PNV-17E | 50 g. | 27,96 |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-149 | 50 g. | 50,43 |
| Geriamas vanduo | GERN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 598,87 |



3 savaitė antradienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|-------------------------------------|-------------|--------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė(tausojantis) | IKRUOPN-15G | 220 g. | 7,98 | 4,61 | 30,70 | 188,35 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Skrebutis | IUŽKN-1F | 40 g. | 3,58 | 6,28 | 17,35 | 135,53 |
| Kmynų arbata be cukraus | GĖRN-46C | 200 g. | 0,04 | 0,03 | 0,10 | 0,67 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 0,40 | 0,40 | 13,00 | 53,00 |
| | | | 12,03 | 15,42 | 61,19 | 414,7 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Tešloje kepta lydekos filė | AŽUVPN-14B | 70 g. | 155,73 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14B | 150 g. | 138,54 |
| Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-65D | 70 g. | 134,82 |
| Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-121C | 40 g. | 47,12 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 528,21 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|----------------|--------|---------------------|
| Morkų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) | SRIN-121 | 150 g. | 58,01 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 71,17 |
| Virti malti kiaulienos voleliai su kiaušiniiais(tausojantis) | AKMP-SMLPC-15D | 70 g. | 153,11 |
| Grikių košė garnyrai (augalinis) (tausojantis) | GGARN-7A | 130 g. | 124,25 |
| Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-65F | 60 g. | 115,56 |
| Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-121C | 40 g. | 47,12 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Kriaušė(augalinis) | IVNT-30 | 100 g. | 52,00 |
| | | | 621,22 |



3 savaitė trečiadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Manų košė su sėlenėlėmis (tausojantis) | IKRUOPN-14N | 192/8 g. | 7,29 | 2,47 | 35,85 | 191,81 |
| Sviestas 82% | IVNT-15 | 5 g. | 0,03 | 4,10 | 0,04 | 37,15 |
| Batonas su sviestu 82% ir varške 9% | IUŽKN-13J | 30/5/20 g. | 6,05 | 6,74 | 19,76 | 159,57 |
| Arbatžolių arbata be cukraus | GĖRN-37C | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 0,80 | 0,20 | 11,00 | 43,00 |
| | | | 14,17 | 13,51 | 66,65 | 431,53 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|---|------------|--------|---------------------|
| Kepti vištienos kepsneliai | AKMPN-23 | 70 g. | 253,88 |
| Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-8A | 130 g. | 113,66 |
| Burokėlių salotos su jogurtu | GSALN-139B | 60 g. | 25,15 |
| Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis) | GSALN-75G | 40 g. | 40,22 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 589,91 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|------------|----------|---------------------|
| Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis) | SRIN-35W | 150 g. | 42,09 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94E | 15 g. | 35,58 |
| Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) | AKMPN-169A | 70/30 g. | 245,45 |
| Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis) | GGARN-8 | 100 g. | 87,43 |
| Burokėlių salotos su jogurtu | GSALN-139D | 70 g. | 29,36 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49F | 130 g. | 67,60 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 560,51 |



Puslapis 13

3 savaitė ketvirtadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|---|-------------|------------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Penkių grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis) | IKRUOPN-16I | 200 g. | 6,64 | 2,87 | 29,25 | 168,75 |
| Sviestas 82% | IVNT-15D | 3 g. | 0,02 | 2,46 | 0,02 | 22,29 |
| Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% | IUŽKN-8BB | 40/5/15 g. | 6,69 | 8,59 | 21,90 | 186,68 |
| Mėtų arbata be cukraus | GĖRN-77D | 200 g. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | 13,35 | 13,92 | 51,17 | 377,72 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|--------|---------------------|
| Maltas suktinukas (kiauliena) | AKMPN-11 | 70 g. | 204,54 |
| Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis) | GGARN-2A | 130 g. | 250,53 |
| Virti žalieji žirneliai (tausojantis) | GGARN-21B | 30 g. | 23,62 |
| Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-106 | 70 g. | 91,83 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 613,52 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išiga | Energinė vertė kcal |
|---|---------------|--------|---------------------|
| Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis) | SRIN-56W | 150 g. | 48,73 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94 | 30 g. | 71,17 |
| Virti lydekos maltiniai (tausojantis) | AŽUVPK-PNV-7G | 70 g. | 185,62 |
| Bulvių košė (tausojantis) | GGARN-14B | 150 g. | 138,54 |
| Virti žalieji žirneliai (tausojantis) | GGARN-21 | 50 g. | 39,37 |
| Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) | GSALN-106 | 70 g. | 91,83 |
| Geriamas vanduo | GĖRN-85 | 200 g. | 0,00 |
| Apelsinai(augalinis) | IVNT-9A | 100 g. | 43,00 |
| | | | 618,26 |



3 savaitė penktadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė | | | Energinė vertė kcal |
|--|-------------|---------|--------------------------|-------------|--------------------|---------------------|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Virtas kiaušinis (1vnt.) (tausojantis) | IKIAUŠN-13A | 50 g. | 6,15 | 5,85 | 0,35 | 78,50 |
| Batonas su sviestu 82% | IUŽKN-5B | 40/5 g. | 3,79 | 5,22 | 25,40 | 157,71 |
| Baltoji mišrainė su natūraliu jogurtu (bulv,mork,agurk,žirn) | GSALN-150F | 200 g. | 5,08 | 0,93 | 27,47 | 130,37 |
| Kmynų arbata be cukraus | GĖRN-46C | 200 g. | 0,04 | 0,03 | 0,10 | 0,67 |
| | | | 15,06 | 12,03 | 53,32 | 367,25 |

Pietūs

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|----------------|--------|---------------------|
| Kiaulienos kepinukai | AKMP-SMLPC-11D | 70 g. | 250,01 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13A | 130 g. | 108,46 |
| Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis) | GSALN-41B | 50 g. | 49,48 |
| Burokėliai troškinti grietinėje 30% | GSALN-79C | 50 g. | 30,45 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49 | 200 g. | 104,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 595,4 |

Pietūs II var. (tausojantis)

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Energinė vertė kcal |
|--|-----------|-------------|---------------------|
| Pupelių sriuba(augalinis) (tausojantis) | SRIN-30J | 150 g. | 70,96 |
| Ruginė duona (pilno grūdo) | IVNT-94C | 20 g. | 47,44 |
| Balandėliai su kiaulienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis) | AKMPN-16D | 65/75/25 g. | 187,33 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | GGARN-13 | 100 g. | 83,43 |
| Burokėliai troškinti grietinėje 30% | GSALN-79E | 70 g. | 42,64 |
| Kefyras 2,5% | GĖRN-49A | 150 g. | 78,00 |
| Obuoliai(augalinis) | IVNT-8A | 100 g. | 53,00 |
| | | | 562,8 |

