

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

Hermano Zudermano gimnazija, Debreceno g. 29, Klaipėda

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programą vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

Direktorė
Jolita Andrijauskienė


15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 metų

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7,30 iki 15,30val.

UAB „Sveikos mitybos partneris“

Technologė
Olga Kostygova


6-10 metų amžiaus vaikams

Pirmadienis

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Miežių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojančias)	3-3/30T 3	250	7,03	4,01	46,44	249,93
Varškė (9 %) su graikišku jogurtu (2%) ir uogomis	15-1/1 2	60(48/6/6)	8,27	4,46	2,40	82,87
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,30	8,47	48,84	332,80

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Daržovių ir viso grūdų makaronų sriuba (augalinis) (tausojančias)	1-3/38AT 1	150	3,73	5,1	20,73	143,79
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdų ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Ryžių plovos su vištiena (tausojančias)	SMP 405	75/75	22,93	19,49	21,3	302,63
II- Plovos su daržovėmis (tausojančias)	SMP 10-5/111T	200	7,36	5,97	49,57	276,70
Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 2	90	0,92	4,74	4,79	65,49
Rauginti agurkai	18/22 4	90	0,28	0,28	9,1	40,04
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	SMP 30/1 1	200	0	0	1,00	4,00
Iš viso: I variantas			29,87	31,83	78,62	627,85
Iš viso: II variantas			14,3	18,31	106,89	644,96

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava	
Omeletas (tausojančias)	8-8/162T 3	130	14,81	14,7	13,11	243,95
Viso grūdų ruginė duona	18/70 2	30	2,22	0,48	12,84	64,56
Sviestas (82%)	18/8 1*2	8	5,8	4,2	21,2	59,96
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 2	60	0,48	0,12	1,38	8,52
Konservuoti žalieji žirneliai	17-1/2 4	60	3,9	0,18	12,6	67,5
Nesaldinta ramunėlių arbata		200	0	0	0	0
Viso			27,21	19,68	61,13	444,49
Iš viso I (dienes davinio):			72,38	59,98	188,59	1405,14
Iš viso II (dienes davinio):			56,81	46,46	216,86	1422,25



 Direktoriė
Jolita Andrijauskienė

 Technologė
Olga Kostygeva

6-10 metų amžiaus vaikams

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Antradienis			Energinė vertė, kcal
			baltymai -g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Kumpio ir sūrio užkepėlė	SMP-442	180	5,04	7,80	33,00	227,4
Saldinias jogurtas	18/7 1	100	2,9	2,1	10,6	87
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,94	9,9	43,60	314,4

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai -g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1,43	3,14	10,68	76,72
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Kiaulienos maitinis įdarytas sūriu (tausojantis)	11-8/162T 2 1	90	17,01	7,44	5,26	156,04
II- Cukinija įdaryta daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	SMP 4-8/200 1	180	11,203	11,48	22,5	241,16
Morkų, svogūnų, česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 2	50	0,627	3,585	4,651	53,377
Orkaitėje keptos bulvės su žolelėmis (augalinis)	4-8/163AT 3	100	2,353	5,226	21,344	141,822
Grūžinių kopūstų salotos su porais, morkomia ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/2A 2	100	1,17	3,25	7,62	64,37
Garintos daržovės (augalinis)	18/25 2	90	0,24	0,24	7,8	34,32
Sezoniniai vaisiai	18/20 3	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Sialo vanduo paskanintas agurkais	SMP 30/1 1	200	0	0	0,2	2
Iš viso: I variantas			24,133	21,436	72,004	578,772
Iš viso: II variantas			16,60	23,84	72,55	575,45

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Spelta miltų skilandžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis)	6-8/161T 3	130	9,697	4,34	33,423	211,533
Trintos uogos (aviėtės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldintas jogurtas (2.5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 8	200	0	0	0	0
Viso			11,377	5,209	37,683	243,123
Iš viso I (dienos davinto):			43,45	36,545	153,287	1136,295
Iš viso II (dienos davinto):			35,917	38,944	153,834	1132,97



Direktorė
Jolita Andrijauskienė

6-10 metų amžiaus vaikams		I savaitė		Trečiadienis		
Pusryčiai 8.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai -g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/32T 4	220	7,342	4,878	40,678	235,98
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 2	120(90/30)	3,11	0,39	8,97	51,87
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2 10	200	0	0	0	0
Iš viso:			10,452	5,268	49,648	287,85

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai -g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiščia raudonųjų leščių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/42AT 1	150	11,27	3,73	32,82	209,95
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Kapotos kalakutienos kepsnelis su daržovių padažu (tausojantis)	10-5/101T 4	110 (80/30)	17,2	7,62	18,49	211,27
II- Daržovių apkepamas (tausojantis)	4-8/162T 4	220	9,267	11,902	21,009	228,221
Biri grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T 2	75	4,457	2,916	24,27	141,153
Tarkuotos šviežios morkos su citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 1	90	1,073	0,909	14,246	69,459
Sezoninės daržovės	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	SMP 30/1 1	200	0,2	0	1,2	6,00
Iš viso: I variantas			32,113	14,839	100,156	663,099
Iš viso: II variantas			23,107	18,212	88,429	610,591

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai	riebalai,	angliava	
Orkaitėje kepti varškėčiai (9%) (tausojantis)	7-8/160T 2	110	21,875	14,673	19,956	299,385
Trintos uogos (avietės arba braskės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 3	20	0,38	6,00	0,62	58,4
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0	0	0	0
Viso			22,525	20,793	23,486	371,585
Iš viso I (dienos davinio):			65,09	40,9	173,29	1322,534
Iš viso II (dienos davinio):			56,084	44,273	161,563	1270,026

Direktorė
Jolita Andrijauskienė
Jolita

6-10 metų amžiaus vaikams		I savaitė		Ketvirtadienis		
Pusryčiai 8.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai	riebalai,	angliava	
			,g	g	n-deniai,	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	3-3/55AT 3	180	7,47	6,31	36,88	234,23
Viso grūdo ruginės duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	16-1/1 1	25/5/20	4,15	4,67	6,98	86,53
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0	0	0	0
Iš viso:			11,62	10,98	43,86	320,76

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai	riebalai,	angliava	
			,g	g	n-deniai,	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojančias)	1-3/35AT 1	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginės duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Keptas su garais jautienos paplotėlis, užkeptas sūriu ir marinuotais agurkais (tausojančias)	12-7/14IT 3	100	20,26	13,26	3,5	214,3
II- Bulvių plokštainis su nesaldintu jogurtu (tausojančias)	4-8/170 3	120/18	5,85	4,41	26,09	167,44
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Virti ryžiai (augalinis) (tausojančias)	SMP 287-1	100	3,31	0,42	32,15	145,67
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir rauginiais agurkais (augalinis)	2-3/61A 1	70	1,32	4,99	6,18	74,92
Sezoninės daržovės	18/25 3	70	0,28	0,28	9,1	40,04
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Stalo vanduo paskaminatas kriaušėmis	SMP 30/1 1	200	0	0	1,4	6
Iš viso: I variantas			32,07	25,35	93,7	731,74
Iš viso: II variantas			15,13	25,08	84,98	627,41

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai	riebalai,	angliava	
				g		
Virti virtinukai (9%) su pilno grūdo miltais (tausojančias)	15-1/8 4	120 (100/20)	15,533	8,717	9,998	180,576
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Trintos uogos	18/19 3	30	1,475	5,25	12,5	92
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0	0	0	0
Viso			17,788	22,967	23,338	360,776
Iš viso I (dienos davinio):			61,478	59,297	160,898	1413,276
Iš viso II (dienos davinio):			44,538	59,027	152,178	1308,946

Direktorė
Jolita Andrijauskienė

Jolita

Technologė
Olga Kosygyva

6-10 metų amžiaus vaikams

I savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/34AT 4	250	7,063	4,738	36,313	216,138
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3	5,88	66,84
Nesaldinta kimrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,413	7,858	45,103	296,778

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT 1	150	1,91	4,75	11,38	95,88
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Vištenos troškiny su daržovėmis ir grietinele (tausojantis)	10-5/112T 3	120(70/50)	18,76	8,36	20,55	232,51
II- Kepta su garais (menkė, lydeka) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/144T 5	80	20,52	0,37	0,02	85,49
Biri perlinių krupių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 2	110	3,29	2,8	25,19	139,12
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	110	1,41	10,72	6,17	126,75
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 3	70	0,56	0,14	1,61	9,94
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	SMP 30/1 1	200	0,40	0,00	1,40	8,00
Iš viso: I variantas			28,336	28,986	88,001	727,142
Iš viso: II variantas			24,361	17,34	19,108	537,08

Vakarienė 14,00-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava	
Lietiniai blynai su sūrio įdaru (tausojantis)	SMP 7-8/200 2	120/80	17,19	20,48	24,44	353,87
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 3	20	0,38	6,00	0,62	58,4
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0	0	0	0
Viso			17,57	26,48	25,06	412,27
Iš viso I (dienos davinio):			57,319	63,324	158,164	1436,19
Iš viso II (dienos davinio):			53,344	51,678	89,271	1246,128

Direktorė
Jolita Andrijauskienė

Technologė
Olga Kostygova

6-10 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Pirmadienis
---------------------------	------------	-------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai -g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/42AT 2	200	5,46	3,2	29,42	168,34
Varskė (9 %) su kefyru (2,5 %) ir trintais vaisiais/uogomis	15-1/2 2	60 (48/6/6)	8,274	4,464	2,4	82,872
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0	0	0	0
Iš viso:			13,734	7,664	31,82	251,212

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai -g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Kremtinė moliūgų sriuba su sėklomis (augalinis)(tausojantis)	SMP 1-3/001AT	150	1,04	8,46	5,95	106,98
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Keptas su garais kalakutienos kukuliatis (tausojantis)	10-7/141T 2	80	19,71	4,73	4,56	139,66
II-Pilno grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T 3	140	7,679	8,04	31,677	233,035
Pilno grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT 1/1	100	4,622	1,983	24,556	134,565
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A 2	90	0,798	6,397	5,579	83,084
Sezoninės daržovės (raugini/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0,52	0,52	16,9	74,36
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	SMP 30/1 1	200	0	0	1,4	6
Iš viso: I variantas			28,49	22,73	77,905	633,449
Iš viso: II variantas			11,837	24,057	80,466	592,259

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Varskės apkepas (9%) (tausojantis)	7-8/169T 3	140	17,502	11,987	29,142	294,456
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldinta ramunelių arbata	17-1/2 4	200	0	0	0	0
Viso			18,552	21,107	32,892	396,456
Iš viso: I (dienos davinio):			60,776	51,501	142,617	1281,117
Iš viso: II (dienos davinio):			44,123	52,828	145,178	1239,927

Direktorė
Jolita Andrijauskienė

Technologė
Olga Kostygaova

6-10 metų amžiaus vaikams

Pusryčiai 8.30val.

II savaitė

Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Omlietas (tausojantis)	8-8/162T 3	130	14,809	14,699	13,106	243,947
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Traškios morkytės	18/21 1	80	0,8	0,16	6,96	32,48
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0	0	0	0
Iš viso:			17,089	15,179	28,626	319,467

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4,33	1,86	18,6	108,43
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Garuose kepta kiaulienos sprandinė su morkomis ir poromis (tausojantis)	11-5/102T 2	110(80/30)	15,961	9,231	4,24	163,884
II- Žemaičiai su daržovėmis (2vnt.) (tausojantis)	4-8/160T 4	180	20,713	13,485	42,016	372,282
Nesaldintas jogurtas (2.5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T 4	110	1,90	3,27	17,14	105,62
Tarkuotos šviežios morkos su citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 1	90	1,073	0,99	14,246	69,459
Sezoninės daržovės (raugini/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	SMP 30/1 1	200	0	0	1,8	8
Iš viso: I variantas			27,044	18,681	90,776	639,603
Iš viso: II variantas			28,063	17,915	72,466	564,242

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava	
Viso grūdo spelta miltų sklandžiai (tausojantis)	6-8/161T 3	130	5,97	3,01	30,03	171,08
Trintos uogos	16-8/166 5	30	4,417	2,46	25,913	143,457
Nesaldinta juoduju serbentų arbata	17-1/2 8	200	0	0	0	0
Viso			10,387	5,47	55,943	314,537
Iš viso I (dienes davinio):			54,52	39,33	175,345	1273,607
Iš viso: II (dienes davinio):			55,539	38,564	157,035	1198,246

Direktorė
Jolita AndrijauskienėTechnologė
Olga Kostygova

6-10 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Trečiadienis
---------------------------	------------	--------------

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/36AT 2	200	5,069	4,342	54,835	278,693
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldinta kimrožių arbata	17-1/2 18	200	0	0	0	0
Iš viso:			5,339	4,462	57,745	292,493

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT 1	150	3,838	3,289	14,849	104,344
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdų ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Troškinti višienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)	10-5/113T 2	75/5	18,63	5,57	1,99	132,59
II- Cukinių, morkų, bulvių blynėliai (augalinis) (tausojantis)		170	4,74	2,678	37,328	192,368
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Biri grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T 2	75	4,457	2,916	24,27	141,153
Virtų burokėlių salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 2	90	0,88	8,79	9,07	118,91
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,6	68,64
Stalo vanduo paskamintas greipfrutais	SMP 30/1 1	200	0	0	1	4
Iš viso I variantas			24,878	11,479	85,879	673,137
Iš viso II variantas			11,868	17,377	96,947	591,762

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Bulvių plokštainis (tausojantis)	4-8/170 3	120	5,85	4,41	26,09	167,44
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 5	40	1,14	18,00	1,86	175,2
Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3	5,88	66,84
Nesaldinta kmyrų arbata	17-1/2 20	200	0	0	0	0
Iš viso			11,07	25,41	33,83	409,48
Iš viso I (dienos davinio):			41,287	41,351	177,454	1375,11
Iš viso II (dienos davinio):			28,277	47,249	188,522	1293,735

Direktorė
Jolita Andrijauskienė



Technologė
Olga Kostygova



6-10 metų amžiaus vaikams

II savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Trijų grūdų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/58T 2	150	6,29	4,09	24,74	160,91
Viso grūdų bandelės (cukrų iki 16g/100g)	18/72 1	50	3,85	4,1	6,5	175
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0	0	0	0
Iš viso:			10,14	8,19	31,24	335,91

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Tišta pomidorų ir ryžių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT 1	150	8,48	4,33	23,72	167,77
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdų ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Troškintos jautienos juostelės svogūnų-grietinės padaže (tausojantis)	12-5/100T 1	100 (60/40)	17,594	11,046	4,28	186,911
II- Lazanija su daržovėmis (tausojantis)	SMP 4-8/203 1	200	9,97	10,42	23,97	230,86
Morkų, svogūnų, česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 1	40	0,502	2,868	3,721	42,701
Orkaitėje keptos bulvės su rozmarinu (augalinis) (tausojantis)	4-8/159AT 5	100	1,96	3,08	17,94	107,34
Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A, 2	70	0,74	1,536	4,701	35,59
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Stalo vanduo paskanintas agurkais	SMP 30/1 1	200	0	0	0,2	2,00
Iš viso I variantas			29,494	22,532	82,941	660,311
Iš viso II variantas			21,282	20,158	83,711	604,031

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava, g	
Trapios tešlos pyragėlis su mėsa	SMP 25-01T/1	100	10,7	20,4	32,7	360,00
Daržovių sultinys (pagrindas sriuboms) (augalinis) (tausojantis)	1-3/19AT	90	0,49	0,14	2,48	13,10
Viso			11,19	20,54	35,18	373,10
Iš viso I (dienes davinio):			50,824	51,262	149,361	1369,321
Iš viso II (dienes davinio):			42,612	48,888	150,131	1313,041

Direktorė
Jolita Andrijauskienė

6-10 metų amžiaus vaikams

Pusryčiai 8.30val.

II savaitė

Pentktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avižių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/54T 2	200	6,65	5,69	32,42	207,52
Džiovinotos spanguolės	18/100 2	20	0,06	0,02	17,2	69,22
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0	0	0	0
Iš viso:			6,71	5,71	49,62	276,74

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT 1	150	2,1	4,82	17,28	120,89
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Keptas orkaitėje vištienos šlaunelių mėsos kepsnys kukurūzų apvalkale (tausojantis)	10-7/143T 3	100(80/20)	23,806	9,293	5,228	199,774
II- Garuose keptas žuvies maitinis (tausojantis)	9-8/165T 4	80	19,72	6,86	11,23	185,55
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	3-3/57T 1	90	2,29	1,95	24,75	125,71
Šviežių kopūstų, morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/20A 3	90	1,15	8,767	5,049	103,706
Sezoninės daržovės (rauginti/svieži) agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0,24	0,24	7,8	34,32
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,6	68,64
Stalo vanduo paskanintas aviėtimis	SMP 30/1 1	200	0,2	0	1,2	6
Iš viso I variantas			31,876	27,37	85,607	673,74
Iš viso II variantas			26,31	24,617	83,049	659,516

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava	
Lietiniai blynai	7-8/163 3	180	9,01	7,01	17,03	167,29
Trintos uogos	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Vaisių salotos	15-1/7A 3	120	2,336	4,265	23,453	141,548
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0	0	0	0
Viso			12,126	20,275	41,323	397,038
Iš viso I (dienos davinio):			50,712	53,355	176,55	1347,518
Iš viso II (dienos davinio):			45,146	50,602	173,992	1333,294

Direktorė
Jolita Andrijauskienė

Technologė
Olga Kostygovā

6-10 metų amžiaus vaikams

Pirmadienis

III savaitė

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai -g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Sveikuoliški sausi pusryčiai		60	4,74	0,72	51	231,6
Pienas (2,5%)	18/3 4	120	4,08	3	5,88	66,84
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0	0	0	0
Iš viso:			8,82	3,72	56,88	298,44

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai -g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Kremtinė daržovių sriuba (tausojantis)	1-3/21AT 2	150	2,709	6,387	14,553	126,533
Grietinė 30% rieč.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Plovas su kalakutena (tausojantis)	10-5/10ST 3	150 (80/70)	18,98	6,08	9,91	170,23
II- Perlinių kruopų rizoto su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	5-5/107AT 3	170 (110/60)	9,663	6,166	42,376	263,647
Sezoninės daržovės (rauginti/svieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	SMP 30/1 1	200	0,4	0	1,4	8
Iš viso I variantas			24,459	15,047	59,263	471,183
Iš viso II variantas			14,74	14,73	78,73	564,60

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Avižnių dribsnių blynėliai su obuoliais (tausojantis)	3-6/120 4	150	9,354	12,973	40,896	317,755
Grietinė 30% rieč.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 4	200	0	0	0	0
Viso			10,404	22,093	44,646	419,755
Iš viso I (dienes davinto):			43,683	40,86	160,789	1189,378
Iš viso II (dienes davinto):			33,966	40,546	180,255	1282,795

Direktorė
Jolita Andrijauskienė

6-10 metų amžiaus vaikams

Antradienis

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Tiršta manų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/47T 3	250	10,36	5,82	44,83	248,94
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 4	150	3,89	0,49	11,22	64,84
Nesaldinta kimrožių arbata	17-1/2 18	200	0	0	0	0
Iš viso:			14,52	6,43	58,96	327,58

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1,43	3,14	10,68	76,72
Grietinė 30% rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdų ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Kalakutenos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 3	90	18,00	3,59	1,00	108,29
II -Lietiniai su varške (tausojantis)	SMP 4-8/201 1	200	13,8	8,35	21,69	211,89
Grietinė 30% rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Virtos Bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis)	SMP 3-3/200 1	100	6,17	3,13	37,97	193,48
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 3	110	1,21	5,68	4,32	73,24
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,8	34,32
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	SMP 30/1 1	200	0	0	1	4
Iš viso I variantas			29,02	17,96	83,17	599,27
Iš viso II variantas			19,43	28,59	66,73	597,59

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava	
Žemaitių blynai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	SMP - 1512 /1	180	16,79	7,94	32,63	269,10
Grietinė 30% rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 20	200	0	0	0	0
Viso			17,57	16,94	33,47	357,3
Iš viso I (dienes davinio):			61,11	41,33	175,6	1284,15
Iš viso II (dienes davinio):			51,52	51,96	159,16	1282,47

Direktorė
Jolita Andrijauskienė*Jolita*Technologė
Olga Kostygova

6-10 metų amžiaus vaikams

Pusryčiai 8.30val.

Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojančias)	6-3/60T 4	160	8,9	5,18	46,99	270,19
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 2	15	4,32	4,2	0,02	55,14
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0	0	0	0
Iš viso:			13,22	9,38	47,01	325,33

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba su žalumynais (augalinis) (tausojančias)	SMP 1-3/200AT 1	150	4,68	2,52	13,97	98,00
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Troškinta jautiena su morkų griežinėliais (tausojančias)	12-5/102T 2	100 (64/36)	17,282	4,03	4,746	124,785
II- Bulviniai blynai (tausojančias)	SMP 4-8/202 1	160	5,28	13,84	31,99	273,60
Jogurtinis padažas (2.5%) su žalumynais	14-1/2 4	50	2,244	6,088	4,082	80,08
Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojančias)	4-3/64T 4	110	1,9	3,27	17,14	105,62
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojančias)	4-3/69AT 7	130	1,94	7,92	11,62	125,52
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Sialo vanduo paskamintas citrinomis	SMP 30/1 1	200	0	0	1	4
Iš viso I variantas			28,17	20,32	81,88	624,35
Iš viso II variantas			14,17	24,63	71,44	564,90

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava, g	
Virti varškėčiai (9%) su viso grūdo miltais (tausojančias)	7-3/60T 6	145	18,738	9,079	34,841	296,028
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 3	20	0,38	6,00	0,62	58,4
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0	0	0	0
Iš viso I (dienos davinio):			19,388	15,199	38,371	368,228
Iš viso II (dienos davinio):			60,78	44,899	167,257	1317,903
			46,782	49,207	156,823	1258,458

Direktorė
 Jolita Andrijauskienė



Technologė
 Olga Kosygyova

6-10 metų amžiaus vaikams

Ketvirtadienis

III savaitė

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T 3	250	9,77	6,41	46,04	280,93
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0	0	0	0
Iš viso:			9,77	6,41	46,04	280,93

Pietūs 12.00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT 1	150	3,01	4,95	24,2	153,42
Grietinė 30% rieš.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	10-5/10IT 4	160 (60/100)	14,909	4,921	9,373	141,422
Morkų ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 2	90	2,048	8,949	8,723	123,62
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu -rauginti agurkai)	18/22 2	60	0,48	0,12	1,38	8,52
II- Vanilinis varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/170T 5	180	20,7	12,83	31,28	323,39
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,6	68,64
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	SMP 30/1 1	200	0	0	1,4	6,00
Iš viso I variantas			22,06	20,76	53,78	490,72
Iš viso II variantas			27,48	20,95	85,44	640,78

Vakarienė 14.00-15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava, g	
Lietiniai su kumpiu ir sūriu	SMP 7-8/200 1	120/80	17,19	20,48	24,44	353,87
Grietinė 30% rieš.	SMP 18/200 3	20	0,38	6,00	0,62	58,4
Nesaldinta erskėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0	0	0	0
Viso			17,57	26,48	25,06	412,27
Iš viso I (dienos davinio):			49,40	53,65	124,88	1183,92
Iš viso II (dienos davinio):			54,82	53,84	156,54	1333,98


 Direktore
Jolita Andrijauskienė

Technologė
Olga Kostygova