

Tauragės r. Žygaičių gimnazijos
direktorė

Daiva Gabietaitė

2020 m. 10 mėn. 24 d.

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

UAB „Sotega“ Tauragės skyrius

Tauragės r. Žygaičių gimnazija

Žygaičių g., 17, Tauragės r.

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

__15__ DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

__4-7m.__

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo __ iki __ val.

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR Nr. 034183

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	IKIAUŠN-6D	60 g.	4,96	6,69	3,87	95,01
Batonas	IVNT-12B	40 g.	3,76	1,12	25,36	120,56
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis)	GSAL-PNV-7	100 g.	1,42	5,22	6,87	72,54
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,14	13,03	36,1	288,11

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116	100 g.	1,21	1,73	4,31	36,90
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virta dešrelė(aukšč.r.)(tausojantis)	AKMPN-54A	60 g.	6,60	14,16	0,00	159,60
Kvietinių kruopų košė garnyru(augalinis) (tausojantis)	GGARN-11	100 g.	2,84	3,23	15,84	99,47
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139F	80 g.	1,57	0,36	7,50	33,53
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			13,92	20,1	51,11	429,94

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skrebutis	IUŽKN-1H	20 g.	1,77	3,14	8,73	67,96
Geriamas jogurtas	IVNT-19C	100 g.	2,80	2,50	12,40	83,00
			4,57	5,64	21,13	150,96

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	AMLTN-18N	140 g.	7,61	1,68	46,46	227,49
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas	PADN-12D	10/5 g.	0,27	7,10	0,35	66,55
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GERN-45CC	200 g.	2,33	3,12	2,94	51,18
			10,21	11,9	49,75	345,22
		Iš viso:	38,84	50,67	158,09	1214,23



1 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 034184

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-16	200 g.	6,60	2,84	28,45	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1E	35 g.	3,14	5,50	15,21	118,90
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,77	12,44	43,7	322,19

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-3Ž	100 g.	0,86	0,77	6,52	33,52
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94F	25 g.	1,62	0,27	13,08	59,31
Miežinių kruopų košė su mėsa(kiauliena) (tausojantis)	IKRUOPN-36G	181/19 g.	7,84	9,78	31,64	236,53
Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5B	50 g.	0,69	0,30	5,38	22,39
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12B	50 g.	0,70	2,82	3,65	38,99
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			12,61	14,2	72,56	438,08

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26KK	25 g.	1,88	3,30	17,55	107,40
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GERN-86A	200 g.	2,19	2,58	2,92	45,12
			4,07	5,88	20,47	152,52

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė	ADRŽPN-30	200 g.	4,50	9,12	33,37	231,80
Pieno 2,5% padažas	PADN-2	20 g.	0,42	0,67	1,31	12,96
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			9,27	13,54	40,68	322,76
Iš viso:			35,72	46,06	177,41	1235,55



1 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 034185

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių 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-13	20/5/10 g.	3,51	5,56	13,07	113,43
Mėtų arbata be cukraus	GĖRN-77B	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,84	13,88	41,82	324,42

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-38M	100 g.	0,64	1,60	4,12	30,89
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kalakutienos kukulis(tausojantis)	AKMPNN-164G	60 g.	13,03	4,13	1,86	96,18
Biri grikių košė (augalinis)(tausojantis)	GGARN-2	100 g.	6,00	4,47	33,00	192,71
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	0,51	4,35	3,00	49,48
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75E	30 g.	0,31	2,39	2,51	30,18
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			21,86	17,5	65,34	488,02

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų trapučiai	IVNT-99A	20 g.	1,82	1,10	14,58	73,20
Pienas 2,5%	GĖRN-48L	130 g.	4,16	3,25	6,24	71,50
			5,98	4,35	20,82	144,7

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45%(tausojantis)	AMLTN-17J	193/17 g.	11,07	8,31	45,72	307,56
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			11,11	8,34	45,82	308,23
Iš viso:			49,79	44,07	173,80	1265,37



1 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034186

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22	200 g.	6,15	2,31	37,05	197,09
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8EE	30/5/10 g.	4,70	7,13	16,43	144,96
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,88	13,54	53,52	379,2

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117	100 g.	1,48	1,33	9,49	53,39
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Lydeka troškinta su daržovėmis (mork,svog.) pomidorų padaže (tausojantis)	AŽUVPN-10A	60/60 g.	14,84	5,14	5,23	123,98
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14H	120 g.	2,64	2,52	19,66	110,83
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30C	70 g.	1,78	9,91	8,89	123,40
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			22,11	19,36	64,52	499,18

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Geriamas jogurtas	IVNT-19	180 g.	5,04	4,50	22,32	149,40
			5,04	4,5	22,32	149,4

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių apkepas su varške 9%	AAPK-17J	170 g.	9,40	6,27	48,91	284,45
Obuolių padažas	PADN-15C	15 g.	0,01	0,01	1,56	6,18
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GĖRN-45CC	200 g.	2,33	3,12	2,94	51,18
			11,74	9,4	53,41	341,81
Iš viso:			49,77	46,80	193,77	1369,59



1 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034187

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13	200 g.	7,28	2,99	31,08	178,10
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-9AB	20/3/10 g.	3,72	5,22	12,98	110,97
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,03	12,31	44,1	326,22

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-39NN	100 g.	2,09	1,47	7,82	49,21
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Makaronai su žiediniais kopūstais ir vištiena (tausojantis)	AMLTN-55C	107/34/3 9 g.	12,69	16,56	26,26	301,00
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128C	60 g.	0,87	0,27	6,04	23,81
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			17,42	18,66	58,97	452,6

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė 9% su žalumynais	IVRŠPN-25C	45 g.	5,22	3,06	1,67	55,76
Kukurūzų trapučiai	IVNT-99B	25 g.	2,28	1,38	18,23	91,50
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,5	4,44	19,9	147,26

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietinis blynelis su bananais	AMLTN-25E	81/44 g.	4,75	5,57	39,64	223,58
Obuolių padažas	PADN-15C	15 g.	0,01	0,01	1,56	6,18
Pienas 2,5%	GĖRN-48	200 g.	6,40	5,00	9,60	110,00
			11,16	10,58	50,8	339,76
Iš viso:			47,11	45,99	173,77	1265,84



2 savaitė pirmadienis

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-24I	200 g.	6,97	2,73	29,87	168,75
Sviestas 82%	IVNT-15F	3 g.	0,02	2,46	0,02	22,29
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8EE	30/5/10 g.	4,70	7,13	16,43	144,96
Mėtų arbata be cukraus	GĖRN-77B	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,69	12,32	46,32	336

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118B	100 g.	2,51	1,80	8,58	53,74
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Garinis kiaulienos zrazas įdarytas ryžiais (tausojantis)	AKMPN-12	45/25 g.	7,69	8,09	11,16	146,21
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3I	90 g.	2,94	3,23	22,56	124,37
Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161F	80 g.	0,95	6,43	5,78	78,62
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			16,26	20,01	79,03	535,52

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26AA	20 g.	1,50	2,64	14,04	85,92
Pienas 2,5%	GĖRN-48L	130 g.	4,16	3,25	6,24	71,50
			5,66	5,89	20,28	157,42

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti koldūnai su kiauliena (tausojantis)	AMLTN-2T	133/57 g.	14,59	10,38	52,19	355,29
Grietinės 30% padažas	PADN-7D	15 g.	0,27	2,49	1,04	27,76
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,86	12,87	53,23	383,05
Iš viso:			48,47	51,09	198,86	1411,99



2 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 034189

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-17	200 g.	5,80	2,40	30,71	160,32
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1E	35 g.	3,14	5,50	15,21	118,90
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			9,01	12,03	46,06	317,04

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-66E	100 g.	1,24	0,87	7,58	41,43
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94F	25 g.	1,62	0,27	13,08	59,31
Kepta silkės filė (su miltais)	AŽUVPN-51H	50 g.	9,43	13,04	1,93	140,76
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	2,06	0,10	18,85	83,43
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.) (augalinis)	GSAL-WWW-40B	40 g.	0,47	3,30	1,50	34,31
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124B	40 g.	0,56	1,53	4,25	29,24
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			16,18	19,31	58,19	431,48

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Geriamas jogurtas	IVNT-19	180 g.	5,04	4,50	22,32	149,40
			5,04	4,5	22,32	149,4

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% spygliukai (tausojantis)	AVRŠPN-8C	130 g.	11,84	4,28	48,65	276,96
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas	PADN-12E	5/5 g.	0,15	5,60	0,20	51,85
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,99	9,88	48,85	328,81
Iš viso:			42,22	45,72	175,42	1226,73



2 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034190

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	IKIAUŠN-6D	60 g.	4,96	6,69	3,87	95,01
Batonas	IVNT-12B	40 g.	3,76	1,12	25,36	120,56
Burokėlių salotos su aliejumi(augalinis)	GSAL-PNV-2	100 g.	1,74	3,27	10,73	70,24
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,46	11,08	39,96	285,81

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI-SMLPC-10FF	100 g.	2,08	1,43	7,73	48,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Troškinti kalakutienos maltiniai (tausojantys)	AKMP-PNV-17B	60 g.	8,90	7,23	7,43	128,01
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5	100 g.	5,12	3,43	28,52	157,84
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis)	GSALN-12Š	80 g.	1,14	4,52	5,56	61,33
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			18,61	17,07	70,49	483,34

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26KK	25 g.	1,88	3,30	17,55	107,40
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GERN-86A	200 g.	2,19	2,58	2,92	45,12
			4,07	5,88	20,47	152,52

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su kiauliena pomidorų padaže(tausojantis)	AMLTN-30	180/20 g.	9,77	9,75	41,30	294,10
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	GSAL-PNV-2H	30 g.	0,52	0,98	3,22	21,08
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			14,64	14,48	50,52	393,18
Iš viso:			47,78	48,51	181,44	1314,85



2 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034191

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių 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-12DD	30/5/10 g.	3,50	6,71	16,42	135,96
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,79	15	44,37	344,34

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis(burokėl,mork,) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60F	100 g.	0,79	1,07	5,28	30,26
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos ir grikių troškinys (tausojantis)	AKMPN-58A	51/129 g.	13,82	10,62	21,76	234,17
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21A	40 g.	2,08	0,57	3,59	31,49
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44B	50 g.	0,53	4,54	3,03	50,86
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			19,32	17,22	55,12	437,22

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pyrago skrebučiai	IUŽKN-18J	20 g.	1,68	2,07	9,70	61,99
Geriamas jogurtas	IVNT-19C	100 g.	2,80	2,50	12,40	83,00
			4,48	4,57	22,1	144,99

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynėliai su varškės 9% įdaru	AMLTN-10H	103/57 g.	13,24	12,38	40,46	322,79
Obuolių padažas	PADN-15C	15 g.	0,01	0,01	1,56	6,18
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,25	12,39	42,02	328,97
Iš viso:			47,84	49,18	163,61	1255,52



2 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034192

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu (tausojantis)	IKRUOPN-14J	200 g.	6,03	2,14	31,36	172,02
Sviestas 82%	IVNT-15F	3 g.	0,02	2,46	0,02	22,29
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13PP	20/3/15 g.	4,30	4,37	13,23	106,57
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
			10,75	9,37	57,61	353,88

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (kopūst,mork,bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104Q	100 g.	0,68	1,67	4,74	34,12
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis)	ADRŽPN-37K	146/24 g.	6,09	4,87	41,76	231,16
Pieno 2,5% padažas	PADN-2A	30 g.	0,63	1,01	1,98	19,43
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Morka (augalinis)	IVNT-100	100 g.	1,00	0,20	8,70	31,00
			15,17	12,91	73,03	455,29

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15U	30/3/20 g.	5,30	5,64	19,18	144,11
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,3	5,64	19,18	144,11

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai	AMLTN-33F	100 g.	8,23	6,29	52,22	293,05
Obuolių padažas	PADN-15C	15 g.	0,01	0,01	1,56	6,18
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GĖRN-45CC	200 g.	2,33	3,12	2,94	51,18
			10,57	9,42	56,72	350,41
Iš viso:			41,79	37,34	206,54	1303,69



3 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034193

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13	200 g.	7,28	2,99	31,08	178,10
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12DD	30/5/10 g.	3,50	6,71	16,42	135,96
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,81	13,8	47,54	351,21

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-39NN	100 g.	2,09	1,47	7,82	49,21
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Vištienos guliašas (tausojantis)	AKMPN-51R	60/20 g.	11,88	10,23	2,19	147,01
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5H	90 g.	4,61	3,09	25,67	142,06
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi ir pomidorais(augalinis)	GSAL-PNV-17F	60 g.	0,78	2,24	3,64	33,56
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149B	30 g.	0,38	1,85	3,21	28,87
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			21,51	19,24	61,38	479,29

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26KK	25 g.	1,88	3,30	17,55	107,40
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GĖRN-86A	200 g.	2,19	2,58	2,92	45,12
			4,07	5,88	20,47	152,52

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% apkepas su sorų kruopomis	AAPK-23B	180 g.	9,47	7,05	26,99	209,57
Obuolių padažas	PADN-15C	15 g.	0,01	0,01	1,56	6,18
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			14,28	10,81	35,75	298,25
Iš viso:			50,67	49,73	165,14	1281,27



3 savaitė antradienis

Dokumento serija NR Nr. 034194

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių 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
Skrebutis	IUŽKN-1	30 g.	2,66	4,71	13,12	101,93
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			9,99	13,03	41,17	310,98

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-121A	100 g.	0,56	2,13	4,99	38,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94F	25 g.	1,62	0,27	13,08	59,31
Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-124C	50 g.	5,80	6,08	4,30	93,75
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7J	90 g.	2,27	3,25	12,47	86,69
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-121A	90 g.	1,28	8,93	6,76	106,03
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			11,93	20,96	55	436,37

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15U	30/3/20 g.	5,30	5,64	19,18	144,11
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,3	5,64	19,18	144,11

Vakariėnė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių, morkų košė (tausojantis)	ADRŽPN-59B	230 g.	4,36	4,90	31,06	177,93
Pieno 2,5% padažas	PADN-2C	25 g.	0,52	0,84	1,65	16,18
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
			10,68	10,74	40,71	298,11
Iš viso:			37,90	50,37	156,06	1189,57



3 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034195

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sėlenėlėmis (tausojantis)	IKRUOPN-14N	192/8 g.	7,19	2,43	35,28	196,45
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-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
			13,27	13,27	55,08	393,17

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-35J	100 g.	0,75	0,59	5,10	28,06
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis)	AKMPN-169C	50/15 g.	10,02	13,49	1,56	165,75
Miežinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-9C	80 g.	1,50	2,59	10,33	67,59
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139E	90 g.	1,77	0,40	8,43	37,73
Kefyras 2,5%	GĖRN-49G	100 g.	2,90	2,50	4,00	52,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			18,31	20,13	50,27	439,71

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Geriamas jogurtas	IVNT-19	180 g.	5,04	4,50	22,32	149,40
			5,04	4,5	22,32	149,4

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Aukštaičių blynai	AMLTN-29G	120 g.	7,25	8,14	46,43	284,26
Obuolių padažas	PADN-15C	15 g.	0,01	0,01	1,56	6,18
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,26	8,15	47,99	290,44
Iš viso:			43,88	46,05	175,66	1272,72



3 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034196

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė 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-8HH	30/5/15 g.	6,00	8,48	16,44	162,31
Mėtų arbata be cukraus	GERN-77D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,66	13,81	45,71	353,35

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-56F	100 g.	0,89	1,62	4,15	32,62
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Virti lydekos maltiniai (tausojantis)	AŽUVPK-PNV-7E	60 g.	10,16	5,61	17,16	159,11
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14H	120 g.	2,64	2,52	19,66	110,83
Virti žalieji žirnėliai(tausojantis)	GGARN-21B	30 g.	1,56	0,43	2,69	23,62
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106	70 g.	0,78	8,53	4,29	91,83
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			17,8	19,07	66,8	496,59

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pyrago skrebučiai	IUŽKN-18F	25 g.	2,10	2,59	12,13	77,43
Pienas 2,5%	GERN-48D	120 g.	3,84	3,00	5,76	66,00
			5,94	5,59	17,89	143,43

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške 9% (tausojantis)	AMLTN-4A	150 g.	13,30	6,57	40,83	272,94
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	0,37	3,32	1,39	37,01
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,67	9,89	42,22	309,95
Iš viso:			50,07	48,36	172,62	1303,32



3 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 034197

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

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (1vnt.) (tausojantis)	IKIAUŠN-13A	50 g.	6,15	5,85	0,35	78,50
Batonas su sviestu 82%	IUŽKN-5A	30/5 g.	2,85	4,94	19,06	127,57
Baltoji mišrainė su natūraliu jogurtu (bulv, mork, agurk, žirm)	GSALN-150	150 g.	3,81	0,69	20,63	97,86
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			12,85	11,51	40,14	304,6

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30SS	100 g.	2,12	1,36	7,95	47,27
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Balandėliai su kiaulienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis)	AKMPN-16S	56/64/25 g.	7,64	11,25	9,95	164,08
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	2,06	0,10	18,85	83,43
Burokėliai troškinti grietinėje 30%	GSALN-79E	70 g.	1,25	1,77	6,93	42,64
Kefyras 2,5%	GĖRN-49G	100 g.	2,90	2,50	4,00	52,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			17,34	17,54	68,53	478

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26AA	20 g.	1,50	2,64	14,04	85,92
Pienas 2,5%	GĖRN-48L	130 g.	4,16	3,25	6,24	71,50
			5,66	5,89	20,28	157,42

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	SRIN-40A	200 g.	4,78	4,11	16,42	123,77
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-7AA	30/5/10 g.	5,45	7,64	19,07	162,27
			10,23	11,75	35,49	286,04
Iš viso:			46,08	46,69	164,44	1226,06

