

## JONAVOS RAIMUNDO SAMULEVIČIAUS PROGIMNAZIJA

CHEMIKŲ G. 140, JONAVA

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

### 15 DIENŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11- vyresnių metų amžiaus vaikams

Parengė:  
Dietistė  
Ksenija Balkovskaja-Stecko



Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7:30 iki 16:00 val.

Tvirtinu  
Direktorius



| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                         | I savaitė   |           | Pirmadienis                 |           |             |                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|-----------------------------|-----------|-------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                     |             |           |                             |           |             |                      |
|                                                                                                      |             | Išiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |           |             | Energinė vertė, kcal |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                | Rp. Nr.     |           | baltymai,                   | riebalai, | angliavand. |                      |
|                                                                                                      |             |           | g                           | g         | deniai,     |                      |
| Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)                                                           | 1-3/39AT2   | 150       | 1.5                         | 3.14      | 1.35        | 79.80                |
| Grietinė (30%)                                                                                       | 18/101 2    | 10        | 0.24                        | 3.00      | 0.32        | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                              | 18/70 1     | 20        | 1.48                        | 0.32      | 8.56        | 43.04                |
| I- Plikytų ryžių plovos su vištiena (tausojantis)(80/120)                                            | 10-5/111T4  | 200       | 25.48                       | 11.57     | 29.54       | 324.26               |
| II-Plikytų ryžių plovos su daržovėmis (šparaginės pupelės, morkos, paprika) (tausojantis)(augalinis) | 4-5/3AT     | 230       | 5.71                        | 10.65     | 54.48       | 325.69               |
| III- Kepti orkaitėje vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)                             | 10-7/143T 4 | 100       | 24.55                       | 10.27     | 5.9         | 214.31               |
| IV-Varškės apkepas (9%) (tausojantis)                                                                | 7-8/169T 4  | 160       | 20.00                       | 13.70     | 33.30       | 336.52               |
| Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)                                                              | 3-3/53 AT   | 100       | 6.14                        | 1.36      | 33.65       | 172.60               |
| Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)                  | 2-1/7A 3    | 110       | 1.12                        | 5.79      | 5.85        | 80.04                |
| Sezoninės daržovės (rauginti švieži agurkai/pomidorai/paprika/cukinijos/ morkos)                     | 18/25 3     | 60        | 0.24                        | 0.24      | 7.80        | 34.32                |
| Grietinė 30% riebi                                                                                   | 18/200 4    | 30        | 0.57                        | 9.00      | 0.93        | 87.60                |
| Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)                                         | 18/19 3     | 30        | 0.27                        | 0.12      | 2.91        | 13.80                |
| Stalo vanduo paskanintas apelsinais                                                                  | 30/1 1      | 200       | 0.00                        | 0.00      | 1.00        | 4.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                             | 18/20 6     | 120       | 0.48                        | 0.00      | 7.32        | 30.00                |
| Iš viso: I variantas                                                                                 |             |           | 30.54                       | 24.96     | 61.74       | 624.66               |
| Iš viso: II variantas                                                                                |             |           | 10.77                       | 23.14     | 86.68       | 626.09               |
| Iš viso: III variantas                                                                               |             |           | 35.75                       | 24.12     | 71.75       | 687.31               |
| Iš viso: IV variantas                                                                                |             |           | 24.54                       | 29.28     | 55.69       | 623.96               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė

*[Signature]*

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

*[Signature]*

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                    | I savaitė   |            | Antradienis                 |             |                    |                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                |             |            |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                           | Rp. Nr.     | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                 |             |            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojančias)                                              | 1-3/46AT    | 150        | 1.55                        | 2.13        | 7.59               | 55.78                |
| Grietinė (30%)                                                                                  | 18/101 2    | 10         | 0.24                        | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                         | 18/70 1     | 20         | 1.48                        | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I- Troškintos kiaulienos juostelės su morkomis ir salierais (tausojančias)                      | 11-8/162T 3 | 130        | 13.56                       | 18.16       | 6.54               | 292.17               |
| II- Pupelių, saliero ir morkų troškiny (augalinis) (tausojančias)                               | 5-5/109AT3  | 180        | 10.54                       | 2.72        | 32.89              | 198.33               |
| III-Orkaitėje keptas jautienos ir kiaulienos maltinukas su morkomis ir svogūnais (tausojančias) | 12-8/3T     | 110        | 21.41                       | 8.54        | 8.59               | 197.01               |
| IV-Orkaitėje kepti lietiniai su varškes ir špinatų įdaru (tausojančias)(100/100)                | 7-8/163T2   | 200        | 22.58                       | 10.25       | 23.31              | 356.75               |
| Grietinė 30% rieš.                                                                              | 18/200 4    | 30         | 0.57                        | 9.00        | 0.93               | 87.60                |
| Virtos bulvės su krapais (augalinis) (tausojančias)                                             | 4-3/58AT2   | 120        | 2.40                        | 0.12        | 22.04              | 99.00                |
| Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                  | 2-3/59A 3   | 110        | 1.73                        | 5.58        | 10.43              | 99.04                |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)               | 18/25 3     | 60         | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Stalo vanduo paskanintas agurkais                                                               | 30/1 1      | 200        | 0.00                        | 0.00        | 0.20               | 2.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                        | 18/20 6     | 120        | 0.48                        | 0.00        | 7.00               | 30.00                |
| Iš viso: I variantas                                                                            |             |            | 21.68                       | 29.55       | 70.48              | 684.55               |
| Iš viso: II variantas                                                                           |             |            | 18.66                       | 14.11       | 96.83              | 590.71               |
| Iš viso: III variantas                                                                          |             |            | 29.53                       | 19.93       | 72.53              | 589.39               |
| Iš viso: IV variantas                                                                           |             |            | 26.90                       | 24.70       | 47.91              | 604.37               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                         | I savaitė   |             | Trečiadienis                |             |                    |                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                     |             |             |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                | Rp. Nr.     | Išveiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                      |             |             | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)                                     | 1-3/35AT    | 150         | 4.60                        | 2.37        | 19.10              | 116.14               |
| Grietinė (30%)                                                                                       | 18/101 2    | 10          | 0.24                        | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                              | 18/70 1     | 20          | 1.48                        | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I- Orkaitėje kepta vištiesios šlaunelių mėsa su prieskonių žolelių ir česnakų marinatu (tausojantis) | 10-5/-165T2 | 120         | 32.06                       | 18.92       | 0.56               | 240.82               |
| II- Orkaitėje keptas avinžirnių maltinukas su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)                    | 5-8/160T1   | 110         | 8.20                        | 6.42        | 23.84              | 190.27               |
| III-Troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa su tirštu brokolių padažu (tausojantis)(100/40)            | 10-8/155T 1 | 140         | 27.09                       | 6.17        | 2.87               | 175.32               |
| IV-Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)                                              | 7-8/160T 3  | 130         | 25.85                       | 17.34       | 23.57              | 353.81               |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)                                                       | 4-5/104AT1  | 100         | 2.50                        | 0.65        | 30.82              | 135.32               |
| Morkų salotos su ypač tūry alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                                 | 2-1/38A 2   | 110         | 1.10                        | 3.50        | 9.64               | 74.60                |
| Sezoninės daržovės (rauginti švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)                     | 18/25 3     | 60          | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Grietinė 30%rieb.                                                                                    | 18/200 4    | 30          | 0.57                        | 9.00        | 0.93               | 87.60                |
| Trintos uogos (avišės arba braškės arba juodieji serbentai)                                          | 18/19 3     | 30          | 0.27                        | 0.12        | 2.91               | 13.80                |
| Stalo vanduo paskanintas uogomis                                                                     | 30/1 1      | 200         | 0.20                        | 0.00        | 1.20               | 6.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                             | 18/20 6     | 120         | 0.84                        | 0.00        | 13.32              | 51.60                |
| Iš viso: I variantas                                                                                 |             |             | 43.26                       | 29.00       | 91.32              | 731.04               |
| Iš viso: II variantas                                                                                |             |             | 19.40                       | 16.50       | 114.60             | 680.49               |
| Iš viso: III variantas                                                                               |             |             | 38.29                       | 16.25       | 93.63              | 665.54               |
| Iš viso: IV variantas                                                                                |             |             | 34.05                       | 32.15       | 69.91              | 701.19               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                     | I savaitė  | Ketvirtadienis |                             |             |                    |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                 |            |                |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                            | Rp. Nr.    | Išėiga (g)     | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                  |            |                | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Avinžimių sriuba su žalumynais (augalinis) (tausojantis)                         | 1-3/42AT1  | 150            | 3.51                        | 1.90        | 10.48              | 73.01                |
| Grietinė (30%)                                                                   | 18/101 2   | 10             | 0.24                        | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                          | 18/70 1    | 20             | 1.48                        | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I-Jautienos- kiaulienos kukulis su rausvuju padažu (90/20)                       | 12-8/3T 4  | 110            | 16.73                       | 11.44       | 9.59               | 224.70               |
| II- Lazanija su daržovėmis (tausojantis)                                         | 4-8/203 2  | 230            | 11.46                       | 11.98       | 27.56              | 265.48               |
| III-Kiaulienos mėsos guliašas su morkomis ir svogūnais (tausojantis)             | 11-5/111T  | 120            | 19.86                       | 13.05       | 6.70               | 223.85               |
| IV-Varškės (9 %) apkepęs su razinomis (tausojantis)                              | 7-8/168T 3 | 160            | 21.36                       | 14.09       | 36.96              | 360.13               |
| Viso grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)                         | 6-3/61AT 1 | 90             | 4.15                        | 1.78        | 22.10              | 121.11               |
| Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)                                     | 2-1/16A 4  | 110            | 1.13                        | 5.14        | 7.88               | 79.23                |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos) | 18/25 3    | 60             | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Grietinė 30% rieš.                                                               | 18/200 4   | 30             | 0.57                        | 9.00        | 0.93               | 87.60                |
| Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)                     | 18/19 3    | 30             | 0.27                        | 0.12        | 2.91               | 13.80                |
| Stalo vanduo paskanintas citrinomis                                              | 30/1 1     | 200            | 0.00                        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                         | 18/20 6    | 120            | 1.08                        | 0.12        | 14.04              | 56.40                |
| Iš viso: I variantas                                                             |            |                | 28.56                       | 23.94       | 81.77              | 665.01               |
| Iš viso: II variantas                                                            |            |                | 19.14                       | 22.70       | 77.64              | 584.68               |
| Iš viso: III variantas                                                           |            |                | 31.69                       | 25.55       | 78.88              | 664.16               |
| Iš viso: IV variantas                                                            |            |                | 28.51                       | 28.55       | 75.20              | 667.18               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietiste

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                     | I savaitė  | Penktadienis |                             |             |                    |                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                 |            |              |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                            | Rp. Nr.    | Išiga (g)    | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                  |            |              | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta daržovių sriuba (augalinis) (tausojančias)                                                | 1-3/54AT   | 150          | 2.09                        | 1.64        | 11.31              | 68.25                |
| Grietinėle (36%)                                                                                 | 18/102     | 10           | 0.22                        | 3.60        | 0.28               | 34.30                |
| Viso grūdo batono skrebučiai                                                                     | 18/18 1    | 20           | 2.20                        | 3.06        | 13.56              | 91.70                |
| I- Keptas su garais (menkė, lydeka) žuvis garinukas su provanso žolelėmis (tausojančias)         | 9-7/-141T4 | 110          | 17.06                       | 0.75        | 5.53               | 159.06               |
| II- Orkaitėje kepta įdaryta cukinija su daržovėmis ir bulgur kruopomis (augalinis)(tausojančias) | 4-8/198AT  | 300          | 9.50                        | 6.23        | 43.73              | 272.60               |
| III-Žuvis (jūros lydeka) ir cukinijos paplotelis (tausojančias)                                  | 9-8/164T   | 130          | 18.23                       | 6.32        | 8.45               | 163.77               |
| IV-Virti varškėčiai su viso grūdo miltais (tausojančias)                                         | 7-3/60T    | 150          | 19.57                       | 8.1         | 39.52              | 324.78               |
| Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojančias)                                                  | 3-3/68AT   | 100          | 2.68                        | 3.12        | 21.66              | 129.83               |
| Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)           | 2-1/22A3   | 110          | 1.39                        | 5.10        | 5.94               | 75.37                |
| Sezoninės daržovės (rauginti švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)                | 18/25 3    | 60           | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Grietinė 30% riebi.                                                                              | 18/200 4   | 30           | 0.57                        | 9.00        | 0.93               | 87.60                |
| Trintos uogos (avišės arba braškės arba juodieji serbentai)                                      | 18/19 3    | 30           | 0.27                        | 0.12        | 2.91               | 13.80                |
| Stalo vanduo paskanintas metomis                                                                 | 30/1 1     | 200          | 0.40                        | 0.00        | 1.40               | 8.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                         | 18/20 6    | 120          | 0.36                        | 0.48        | 18.12              | 70.80                |
| Iš viso: I variantas                                                                             |            |              | 26.64                       | 17.99       | 85.60              | 671.63               |
| Iš viso: II variantas                                                                            |            |              | 16.40                       | 20.35       | 102.14             | 655.34               |
| Iš viso: III variantas                                                                           |            |              | 27.81                       | 23.56       | 88.52              | 676.34               |
| Iš viso: IV variantas                                                                            |            |              | 25.68                       | 26.00       | 88.03              | 699.23               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                             | II savaitė  |            | Pirmadienis                 |             |                    |                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                         |             |            |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                    | Rp. Nr.     | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                          |             |            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojančias)                         | 1-3/24AT2   | 150        | 3.94                        | 3.31        | 15.82              | 108.68               |
| Grietinė (30%)                                                                           | 18/101 2    | 10         | 0.24                        | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                  | 18/70 1     | 20         | 1.48                        | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I-Grietinėje (10%) troškinta vištienos šlaunelių mėsa su morkomis (tausojančias)(102/28) | 10-5/100T 3 | 130        | 20.97                       | 11.71       | 3.92               | 259.66               |
| II-Raudonųjų lęšių troškiny su daržovėmis (augalis)(tausojančias)                        | 5-5/104AT1  | 130        | 12.75                       | 5.87        | 33.11              | 236.42               |
| III-Orkaitėje keptas kalakutienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojančias)              | 10-8/170T 1 | 110        | 23.3                        | 6.25        | 8.29               | 182.64               |
| IV-Virti varškės kukuliai su grietine (30%) (tausojančias)(200/40)                       | 7-3/66T     | 240        | 24.06                       | 26.18       | 27.34              | 441.29               |
| Virti ryžiai su ciberžole (augalinis)(tausojančias)                                      | 3-3/64AT    | 80         | 1.84                        | 1.48        | 18.64              | 96.44                |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)                          | 2-1/19A4    | 110        | 1.33                        | 10.7        | 5.68               | 124.32               |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)        | 18/25 3     | 60         | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Grietinė 30% rieš.                                                                       | 18/200 4    | 30         | 0.57                        | 9.00        | 0.93               | 87.60                |
| Stalo vanduo paskanintas apelsinais                                                      | 30/1 1      | 200        | 0.00                        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                 | 18/20 6     | 120        | 0.48                        | 0.00        | 7.32               | 30.00                |
| Iš viso: I variantas                                                                     |             |            | 30.28                       | 27.76       | 68.74              | 700.46               |
| Iš viso: II variantas                                                                    |             |            | 22.06                       | 21.92       | 97.93              | 677.22               |
| Iš viso: III variantas                                                                   |             |            | 32.61                       | 22.30       | 73.11              | 623.44               |
| Iš viso: IV variantas                                                                    |             |            | 30.53                       | 38.81       | 60.97              | 714.61               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė

*B. Klenčiūnaitė*

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

*A. Jagelavičius*

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                                   | II savaitė  |            | Antradienis                 |             |                    |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                               |             |            |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                          | Rp. Nr.     | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                                |             |            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojančias)                                              | 1-3/35AT    | 150        | 4.60                        | 2.37        | 19.10              | 116.14               |
| Grietinė (30%)                                                                                                 | 18/101 2    | 10         | 0.24                        | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                        | 18/70 1     | 20         | 1.48                        | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I-Kiaulienos maltinukas su sezamo sėklomis (tausojančias)                                                      | 11-5/102T 3 | 100        | 23.73                       | 11.08       | 8.27               | 226.65               |
| II-Kepti orkaitėje avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (paprika, morkos, cukinija) (augalinis) (tausojančias) | 5-8/160AT3  | 110        | 9.65                        | 6.08        | 25.66              | 196.17               |
| III-Kiaulienos ir morkų troškynys su porais (tausojančias)                                                     | 11-5/102T 6 | 140        | 24.82                       | 14.36       | 6.59               | 254.92               |
| IV-Kepti orkaitėje varškėčiai (varške 9%) su aguonomis (tausojančias)                                          | 7-8/160 T3  | 130        | 22.12                       | 15.12       | 24.66              | 323.93               |
| Bulvių košė (tausojančias)                                                                                     | 4-3/8T      | 100        | 2.18                        | 3.72        | 15.98              | 107.34               |
| Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                                           | 2-1/38A 2   | 110        | 1.10                        | 3.50        | 9.64               | 74.60                |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)                               | 18/25 3     | 60         | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Grietinė 30% riebi.                                                                                            | 18/200 4    | 30         | 0.57                        | 9.00        | 0.93               | 87.60                |
| Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)                                                   | 18/19 3     | 30         | 0.27                        | 0.12        | 2.91               | 13.80                |
| Stalo vanduo paskanintas citrinomis                                                                            | 30/1 1      | 200        | 0.00                        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kraušės/apelsinai/bananai)                                                        | 18/20 6     | 120        | 0.48                        | 0.00        | 11.88              | 48.00                |
| Iš viso: I variantas                                                                                           |             |            | 34.05                       | 24.23       | 82.55              | 683.29               |
| Iš viso: II variantas                                                                                          |             |            | 19.97                       | 19.23       | 99.94              | 652.81               |
| Iš viso: III variantas                                                                                         |             |            | 35.14                       | 27.51       | 80.87              | 711.56               |
| Iš viso: II variantas                                                                                          |             |            | 29.76                       | 29.93       | 69.36              | 665.71               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius



| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                        | II savaitė |           | Trečiadienis               |             |                    |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                    |            |           |                            |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                               | Rp. Nr.    | Išeiš (g) | Patiekalo maistinė vertė g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                     |            |           | baltymai, g                | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Rugštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)                                                          | 1-3/29AT2  | 150       | 1.07                       | 2.99        | 6.91               | 58.45                |
| Grietinė (30%)                                                                                      | 18/101 2   | 10        | 0.24                       | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                             | 18/70 1    | 20        | 1.48                       | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I-Troškintas vištienos šlaunelių mėsos suktinukas su daržovėmis (tausojantis)                       | 10-7/148T  | 120       | 22.80                      | 3.94        | 7.69               | 157.52               |
| II-Jdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)                                           | 4-8/201 2  | 170       | 13.37                      | 9.46        | 18.91              | 188.41               |
| III-Grietinėleje (10%) troškinta vištienos mėsa su šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis) | 10-8/163 T | 120       | 17.04                      | 10.40       | 6.61               | 187.46               |
| IV-Morkų pyragas                                                                                    | 15-8/155   | 120       | 6.93                       | 30.62       | 36.79              | 453.76               |
| Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)                                                            | 3-3/53AT   | 90        | 5.53                       | 1.23        | 30.29              | 155.34               |
| Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)                    | 2-1/35A    | 110       | 1.30                       | 5.81        | 4.80               | 77.13                |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)                   | 18/25 3    | 60        | 0.24                       | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Nesaldintas jogurtas (2.5%)                                                                         | 18/2 6     | 30        | 1.41                       | 0.75        | 1.35               | 17.79                |
| Stalo vanduo paskanintas apelsinais                                                                 | 30/1 1     | 200       | 0.00                       | 0.00        | 1.00               | 4.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                            | 18/20 6    | 120       | 1.20                       | 0.48        | 28.08              | 110.40               |
| Iš viso I variantas                                                                                 |            |           | 35.86                      | 18.01       | 95.45              | 669.40               |
| Iš viso II variantas                                                                                |            |           | 24.43                      | 23.53       | 106.67             | 700.29               |
| Iš viso III variantas                                                                               |            |           | 28.10                      | 24.47       | 94.37              | 699.34               |
| Iš viso IV variantas                                                                                |            |           | 12.33                      | 38.16       | 83.01              | 716.64               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PWM 3,70 EUR

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                       | II savaitė |            | Ketvirtadienis              |             |                    |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                   |            |            |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                              | Rp. Nr.    | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                    |            |            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta brokolių sriuba (augalinis)(tausojantis)                                                    | 1-3/55AT   | 150        | 2.17                        | 0.26        | 7.88               | 42.52                |
| Grietinė (36%)                                                                                     | 18/102     | 10         | 0.22                        | 3.60        | 0.28               | 34.30                |
| Viso grūdo batono skrebučiai                                                                       | 18/18 I    | 20         | 2.20                        | 3.06        | 13.56              | 91.70                |
| I-Kiaulienos mėsos ir daržovių rizoto (tausojantis)                                                | 11-5/163T  | 200        | 29.5                        | 16.05       | 28.92              | 378.57               |
| II-Daržovių (žali žirneliai, morkos, cukinija, žiediniai kopūstai) rizoto (augalinis)(tausojantis) | 4-5/102AT3 | 250        | 10.39                       | 12.52       | 39.79              | 309.6                |
| III-Troškintas kiaulienos ir jautienos maltinukas su avių sėlenomis (tausojantis)                  | 11-5/109T  | 110        | 23.22                       | 12.83       | 5.70               | 256.25               |
| IV-Kepta orkaitėje lazanija su varškės (9%) ir špinatų įdaru (tausojantis)                         | 12-8/6T    | 200        | 18.4                        | 15.51       | 27.03              | 321.51               |
| Viso grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)                                           | 6-3/61AT I | 100        | 4.61                        | 1.97        | 24.55              | 134.56               |
| Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)                                                     | 2-3/65A    | 110        | 0.84                        | 4.51        | 2.45               | 53.85                |
| Sezoninės daržovės (rauginti švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)                   | 18/25 3    | 60         | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Stalo vanduo paskanintas citrinomis                                                                | 30/1 I     | 200        | 0.00                        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kraušės/apelsinai/bananai)                                            | 18/20 7    | 120        | 1.08                        | 0.12        | 14.40              | 56.40                |
| Iš viso I variantas                                                                                |            |            | 36.25                       | 27.84       | 76.29              | 695.66               |
| Iš viso II variantas                                                                               |            |            | 17.14                       | 24.31       | 87.16              | 626.69               |
| Iš viso III variantas                                                                              |            |            | 34.58                       | 26.59       | 77.62              | 707.90               |
| Iš viso IV variantas                                                                               |            |            | 25.15                       | 27.30       | 74.40              | 638.60               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                             | II savaitė  |            | Penktadienis                |             |                    |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                         |             |            |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                    | Rp. Nr.     | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                          |             |            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)                                                               | 1-3/39AT2   | 150        | 1.41                        | 3.14        | 10.51              | 76.06                |
| Grietinė (30%)                                                                                           | 18/101 2    | 10         | 0.24                        | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                  | 18/70 1     | 20         | 1.48                        | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I- Keptas orkaitėje lydekos ir lašišos maltinukas (tausojantis)                                          | 9-8/163T3   | 100        | 20.27                       | 10.27       | 5.27               | 202.91               |
| II- Keptas orkaitėje grikių ir daržovių (morkos, paprika, salierai) maltinukas (augalinis) (tausojantis) | 3-8/160AT 3 | 110        | 3.55                        | 4.07        | 22.00              | 144.57               |
| III-Orkaitėje kepta žuvies (lydekos) užkepėlė su daržovėmis (bulvės, porai, pomidorai) (tausojantis)     | 9-8/167T 1  | 250        | 20.32                       | 5.6         | 22.22              | 244.52               |
| IV-Bulvių plokštainis su grietine (30%) (200/30)                                                         | 4-8/170 5   | 230        | 9.56                        | 15.75       | 41.05              | 353.18               |
| Bulvių ir morkų košė (tausojantis)                                                                       | 4-3/62T     | 100        | 1.73                        | 1.77        | 12.36              | 72.32                |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)                                          | 2-1/19A3    | 110        | 1.33                        | 10.7        | 5.68               | 124.32               |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)                     | 18/25 3     | 60         | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)                        | 18/25 7     | 100        | 0.40                        | 0.40        | 13.00              | 57.20                |
| Stalo vanduo paskanintas uogomis                                                                         | 30/1 1      | 200        | 0.20                        | 0.00        | 1.20               | 6.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės apelsinai/bananai)                                                 | 18/20 7     | 120        | 0.48                        | 0.00        | 7.32               | 30.00                |
| Iš viso I variantas                                                                                      |             |            | 27.38                       | 29.44       | 59.02              | 618.17               |
| Iš viso II variantas                                                                                     |             |            | 10.66                       | 23.24       | 75.75              | 559.83               |
| Iš viso III variantas                                                                                    |             |            | 25.70                       | 23.00       | 63.61              | 587.46               |
| Iš viso IV variantas                                                                                     |             |            | 13.77                       | 22.61       | 81.96              | 594.68               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                                    |             | III savaitė |                             | Pirmadienis |                    |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                                |             |             |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                           | Rp. Nr.     | Išėiga (g)  | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                                 |             |             | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)                                                                | 1-3/28AT 2  | 150         | 1.10                        | 4.65        | 6.53               | 72.35                |
| Grietinė (30%)                                                                                                  | 18/101 2    | 10          | 0.24                        | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                         | 18/70 1     | 20          | 1.48                        | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I-Keptas orkaitėje kalakutienos maltinukas su morkomis (tausojantis)                                            | 10-7/145T3  | 110         | 20.70                       | 6.93        | 13.94              | 201.01               |
| II -Keptas orkaitėje lęšių maltinukas (augalinis) (tausojantis)                                                 | 5-8/162T 3  | 110         | 7.33                        | 6.14        | 18.48              | 159.43               |
| III-Vištiesos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)(70/60) | 10-5/102T 3 | 130         | 19.62                       | 6.48        | 11.49              | 182.71               |
| IV-Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) su morkomis (tausojantis)                                             | 7-7/62T     | 140         | 19.07                       | 11.70       | 28.48              | 295.63               |
| Grietinė 30% riebi                                                                                              | 18/200 4    | 30          | 0.57                        | 9.00        | 0.93               | 87.60                |
| Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)                                                                        | 3-3/53AT    | 90          | 5.54                        | 1.28        | 30.3               | 155.35               |
| Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)                                                                    | 2-1/16A 4   | 110         | 1.13                        | 5.14        | 7.88               | 79.23                |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)                               | 18/25 3     | 60          | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Stalo vanduo paskanintas mėtomis                                                                                | 30/1 1      | 200         | 0.40                        | 0.00        | 1.40               | 8.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                                        | 18/20 6     | 120         | 0.84                        | 0.00        | 13.32              | 51.60                |
| Iš viso I variantas                                                                                             |             |             | 31.67                       | 21.56       | 90.05              | 674.1                |
| Iš viso II variantas                                                                                            |             |             | 18.30                       | 20.77       | 94.59              | 632.52               |
| Iš viso III variantas                                                                                           |             |             | 30.59                       | 21.11       | 87.60              | 655.80               |
| Iš viso IV variantas                                                                                            |             |             | 23.70                       | 28.67       | 59.54              | 587.42               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                 | III savaitė |            | Antradienis                 |             |                    |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                             |             |            |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                        | Rp. Nr.     | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                              |             |            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Tinta moliūgų sriuba (augalinis)(tausojantis)                                                | 1-3/42AT    | 150        | 1.46                        | 2.32        | 11.25              | 71.57                |
| Grietinėle (36%)                                                                             | 18/102      | 10         | 0.22                        | 3.60        | 0.28               | 34.30                |
| Viso grūdo batono skrebučiai                                                                 | 18/18 1     | 20         | 2.20                        | 3.06        | 13.56              | 91.70                |
| I- Kiaulienos troškiny su morkų griežinėliais (tausojantis)                                  | 11-5/102T5  | 130        | 23.04                       | 13.33       | 6.12               | 236.7                |
| II-Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis)                                             | 4-5/101AT 4 | 180        | 5.52                        | 9.42        | 15.62              | 173.5                |
| III-Švediškų kiaušienų kukuliai (tausojantis)                                                | 11-8/1T     | 100        | 18.10                       | 13.03       | 9.11               | 226.43               |
| IV-Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir fermentiniu sūriu 45% (tausojantis)(152/55/13) | 6-5/101T    | 220        | 12.18                       | 13.48       | 48.62              | 364.69               |
| Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)                                               | 3-3/68AT    | 100        | 2.68                        | 3.12        | 21.66              | 129.83               |
| Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)               | 2-1/18A 3   | 110        | 1.01                        | 3.50        | 4.00               | 51.66                |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai/paprikos/čukinijos/ morkos)           | 18/25 3     | 60         | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Stalo vanduo paskanintas apelsiniais                                                         | 30/1 1      | 200        | 0.00                        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                     | 18/20 6     | 120        | 1.20                        | 0.48        | 28.08              | 110.40               |
| Iš viso I variantas                                                                          |             |            | 32.05                       | 29.65       | 93.75              | 764.48               |
| Iš viso II variantas                                                                         |             |            | 14.53                       | 25.74       | 103.25             | 701.28               |
| Iš viso III variantas                                                                        |             |            | 27.11                       | 29.35       | 96.74              | 734.21               |
| Iš viso IV variantas                                                                         |             |            | 18.51                       | 26.68       | 114.59             | 762.64               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                           | III savaitė |            | Trečiadienis                |             |                    |                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                       |             |            |                             |             |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                  | Rp. Nr.     | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |             |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                        |             |            | baltymai, g                 | riebalai, g | angliavandeniai, g |                      |
| Žiedinių kopūstų ir cukinijos sriuba (augalinis)(tausojantis)                                          | 1-3/21AT    | 150        | 2.71                        | 6.39        | 14.55              | 126.53               |
| Grietinė (30%)                                                                                         | 18/101 2    | 10         | 0.24                        | 3.00        | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                | 18/70 1     | 20         | 1.48                        | 0.32        | 8.56               | 43.04                |
| I-Orkaitėje keptas vištienos kepsnelis su traškia kukurūzų dribsnių plutele (tausojantis)              | 10-8/181T2  | 120        | 29.44                       | 3.60        | 11.07              | 195.28               |
| II-Orkaitėje keptos daržovės (burokėliai, morkos, cukinija) su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis) | 4-8/-175AT4 | 180        | 4.26                        | 7.43        | 16.88              | 151.53               |
| III-Vištienos mėsos guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis)                                 | 10-5/105T 2 | 160        | 18.72                       | 4.65        | 9.9                | 156.38               |
| IV-Orkaitėje apkepti lietiniai blynai su obuolių ir cinamono įdaru (tausojantis)(112/88)               | 6-6/104 5   | 200        | 11.15                       | 15.49       | 38.1               | 332.81               |
| Grietinė 30% riebi                                                                                     | 18/200 4    | 30         | 0.57                        | 9.00        | 0.93               | 87.60                |
| Trintos uogos (avietės arba braškes arba juodieji serbentai)                                           | 18/19 3     | 30         | 0.27                        | 0.12        | 2.91               | 13.80                |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)                                                         | 4-5/104AT2  | 100        | 2.50                        | 0.65        | 27.40              | 135.32               |
| Morkų ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)                                             | 2-1/21A     | 110        | 1.27                        | 6.24        | 11.03              | 103.85               |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)                      | 18/25 3     | 60         | 0.24                        | 0.24        | 7.80               | 34.32                |
| Stalo vanduo paskanintas citrinomis                                                                    | 30/1 1      | 200        | 0.00                        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                               | 18/20 6     | 120        | 0.36                        | 0.48        | 18.12              | 70.80                |
| Iš viso I variantas                                                                                    |             |            | 38.24                       | 20.92       | 99.85              | 742.34               |
| Iš viso II variantas                                                                                   |             |            | 13.06                       | 24.75       | 105.66             | 698.59               |
| Iš viso III variantas                                                                                  |             |            | 27.52                       | 21.97       | 98.68              | 703.44               |
| Iš viso IV variantas                                                                                   |             |            | 16.78                       | 34.80       | 84.49              | 707.78               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

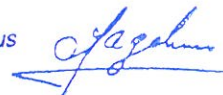
DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius



DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3 70 EUR

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                                        |             | III savaitė |                             | Ketvirtadienis |                    |                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-----------------------------|----------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                                    |             |             |                             |                |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                               | Rp. Nr.     | Išveiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |                |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                                     |             |             | baltymai, g                 | riebalai, g    | angliavandeniai, g |                      |
| Trinta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)                                                            | 1-3/36AT    | 150         | 4.65                        | 4.13           | 14.34              | 113.07               |
| Grietinė (30%)                                                                                                      | 18/101 2    | 10          | 0.24                        | 3.00           | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo batonas                                                                                                  | 18/72       | 20          | 1.58                        | 0.90           | 10.38              | 55.94                |
| I-Orkaitėje kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis)(134/26)                                                      | 7-7/162T    | 160         | 21.79                       | 13.38          | 32.56              | 337.87               |
| Grietinė 30% riebi                                                                                                  | 18/200 4    | 30          | 0.57                        | 9.00           | 0.93               | 87.60                |
| II- Avinžirnių karis (augalinis)(tausojantis)                                                                       | 5-5/108AT3  | 140         | 8.99                        | 4.31           | 22.78              | 159.04               |
| III-Orkaitėje kepti kiaušienos maltinukai su daržovių (morkos, cukinijos, porai) ir sūrio (45%) įdaru (tausojantis) | 11-7/144T 8 | 110         | 17.19                       | 9.61           | 6.38               | 180.87               |
| IV-Troškinta kiaušiena su daržovėmis (brokoliai, paprika) (tausojantis)                                             | 11-8/169T   | 120         | 19.62                       | 13.02          | 9.44               | 225.02               |
| Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)                                                  | 6-3/61AT    | 100         | 4.61                        | 1.97           | 24.55              | 134.56               |
| Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                                      | 2-3/59A 3   | 110         | 1.73                        | 5.58           | 10.43              | 99.04                |
| Stalo vanduo paskanintas uogomis                                                                                    | 30/1 1      | 200         | 0.20                        | 0.00           | 1.20               | 6.00                 |
| Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)                                                            | 13/20 6     | 120         | 1.2                         | 0.48           | 28.08              | 110.4                |
| Iš viso I variantas                                                                                                 |             |             | 30.23                       | 30.89          | 87.81              | 740.08               |
| Iš viso II variantas                                                                                                |             |             | 23.20                       | 20.37          | 112.08             | 707.25               |
| Iš viso III variantas                                                                                               |             |             | 31.40                       | 25.67          | 95.68              | 729.08               |
| Iš viso II variantas                                                                                                |             |             | 33.83                       | 29.08          | 98.74              | 773.23               |

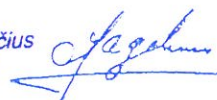
DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius



DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,70 EUR

| 11-vyr. metų amžiaus vaikams                                                                    |            | III savaitė |                             | Penktadienis |                    |                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| Pietūs 10.30val.                                                                                |            |             |                             |              |                    |                      |
| Patiekalo pavadinimas                                                                           | Rp. Nr.    | Išveiga (g) | Patiekalo maistinė vertė, g |              |                    | Energinė vertė, kcal |
|                                                                                                 |            |             | baltymai, g                 | riebalai, g  | angliavandeniai, g |                      |
| Daržovių (morkos, žali žirneliai, bulvės) ir makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)          | 1-3/38AT2  | 150         | 3.74                        | 5.10         | 20.73              | 143.79               |
| Grietinė (30%)                                                                                  | 18/101 2   | 10          | 0.24                        | 3.00         | 0.32               | 29.20                |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                         | 18/70 1    | 20          | 1.48                        | 0.32         | 8.56               | 43.04                |
| I- Orkaitėje keptas kapotas jūros lydekos maltinukas (tausojantis)                              | 9-7/146T3  | 100         | 22.25                       | 5.46         | 6.88               | 168.05               |
| II- Orkaitėje kepta daržovių ir pupelių užkepelė (augalinis) (tausojantis)                      | 5-8/166T   | 280         | 9.40                        | 10.97        | 24.41              | 283.24               |
| III- Kepta su garais liesa (menkė, lydeka) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)            | 9-7/144T 4 | 130         | 21.86                       | 0.43         | 0.02               | 101.03               |
| IV- Orkaitėje keptos paprikos su ryžių- daržovių įdaru ir fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) | 4-8/182T   | 150         | 7.47                        | 8.14         | 18.00              | 177.41               |
| Orkaitėje keptos bulvių skiltelės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)                | 4-8/163AT3 | 120         | 2.67                        | 6.26         | 24.93              | 166.83               |
| Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)      | 2-1/35A    | 110         | 1.30                        | 5.62         | 4.80               | 77.13                |
| Sezoninės daržovės (rauginti švieži agurkai/ pomidorai/ paprikos/ cukinijos/ morkos)            | 18/25 3    | 60          | 0.24                        | 0.24         | 7.80               | 34.32                |
| Stalo vanduo paskanintas metomis                                                                | 30/1 1     | 200         | 0.40                        | 0.00         | 1.40               | 8.00                 |
| Sezoniniai vaisiai ( obuoliai/ kriaušės/ apelsinai/ bananai)                                    | 18/20 6    | 120         | 0.48                        | 0.00         | 11.88              | 48.00                |
| Iš viso I variantas                                                                             |            |             | 32.80                       | 26.00        | 87.30              | 718.36               |
| Iš viso II variantas                                                                            |            |             | 17.28                       | 25.25        | 79.90              | 666.72               |
| Iš viso III variantas                                                                           |            |             | 32.41                       | 20.97        | 80.44              | 651.34               |
| Iš viso IV variantas                                                                            |            |             | 18.02                       | 28.68        | 95.42              | 727.72               |

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.70 EUR

Parengė dietistė

*[Signature]*

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Artūras Jagelavičius  
Direktorius

*[Signature]*