

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

VILKIČIŲ PAGRINDINĖ MOKYKLA VEIVIRŽO G. 16, ŠILUTĖS R.

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)


Direktorė
Dalia Filimonova

4-7 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Direktorė
Simona Eirošienė


2025-11-05

Įstaigos darbo laikas

Nuo 9⁰⁰ iki 15⁰⁰ val.

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

I savaitė - Pirmadienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	120	5,1	3,0	28,1	160
Vyšnios (be kauliukų) (košė)		10	0,1	0,1	1,2	6
Juodos duonos (su saulėgrąžomis) samužinis su virta dešra a. r. ir agurkais (tausojantis)	U027.4	16/16/8	1,5	2,4	3,4	41
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			42,9	5,8	42,1	253

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Daržovių sriuba (kopūstai, žiediniai kopūstai, brokoliai, žirneliai, paprikos) (tausojantis) (augalinis)	Sr010	100	1,1	1,0	5,5	36
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	K006	42/18	13,2	7,5	4,1	137
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S011	80	1,1	4,2	4,9	62
Stalo vanduo	G009.1	100	0,1	0,0	0,4	2
Iš viso:			19,1	16,0	42,1	389

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškės spygliukai (tausojantis)	M013	125	15,0	8,4	26,3	241
Jogurtinė grietinė 10%		15	0,5	1,5	0,6	18
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			15,5	9,9	27,0	259
Iš viso (dienos davinio):			41,7	31,7	112,3	902



Direktore
Dalia Filimonova

[Handwritten signature]

2025-11-05
Direktorė
Simona Eirošienė

[Handwritten signature]

I savaitė - Antradienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška avižinių kruopų košė (tausojantis)	Kr011	120	5,5	2,7	17,6	117
Braškės (košči)		10	0,1	0,0	1,0	5
Sviestas (82 %) (košči)		3	0,0	2,5	0,0	22
Kviečių trapačiai		20	2,2	0,3	15,0	72
Sūris 45% fermentinis		10	2,5	2,6	0,0	33
Sezoninių sūrių		80	0,3	0,3	10,4	46
Arbatžolių arbata su citrina		100	0,0	0,0	2,8	11
Iš viso:			10,1		46,8	306

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Zaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	100	2,1	1,5	8,3	55
Pilno grūdo ruginė duona	D009	20	1,1	0,2	8,7	41
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena		75/45	13,3	5,3	23,3	194
Jogurtinė grietinė 10%	S004	20	0,7	2,0	0,8	24
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	D006	30	0,3	1,6	2,8	27
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	G009.1	20/20	0,8	0,1	2,9	16
Stalo vanduo		100	0,0	0,0	0,3	2
Iš viso:			18,3	10,6	47,1	357

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	Sr035	250	8,1	9,8	24,6	219
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Sviestas (82 %) (košči)		5	0,0	4,1	0,0	37
Iš viso:			9,2	14,1	33,3	297
Iš viso (dienos davinio):			38,2	33,2	127,2	960

Direktore
Dalia Filimonova

2025-11-05
Direktore
Simona Firošienė

1 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga gr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pieniška perkių kruopų košė (tausojantis)	K019	120	8.4	2.9	30.1	180
Saulėgražos (košė)	Se-Pa10	8	1.8	3.9	1.7	49
Grikių trapučiai		10	1.3	0.3	7.0	36
Virta dešra a.r.		10	1.0	2.1	0.1	23
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.7	0.3	9.8	44
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0.0	0.0	0.0	0.0
		Iš viso:	13.2	9.5	48.7	332

Pietūs.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga gr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100	1.5	1.5	11.6	66
Pilno grūdo ruginė duona		20	1.1	0.2	8.7	41
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	100	22.7	5.0	6.9	158
Virtos miežinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr032	90	3.9	0.7	23.1	114
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	65	0.9	2.6	4.0	43
Pjaustyti švieži agurkai (augalinis)	D000.4	30	0.2	0.1	0.7	4
Vanduo (pasaldintas vaisių gabaliukais arba žalumynais)	Gr008	100	0.0	0.0	0.5	2
		Iš viso:	30.3	10.1	55.5	428

Vakarienė.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga gr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g		
		L	L	L	L	L	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Sr025	200	6.2	7.5	22.4	182	
Batonas		20	1.6	0.9	10.4	56	
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0.0	0.0	0.0	0	
	G009.1		Iš viso:	7.8	8.4	32.8	238
		Iš viso (dienos davinio):	51.3	28.0	137.0	998	


 Direktorė
 Dalia Filimonova
 Dalia Filimonova

Direktorė
 Simona Eišienė
 2025-11-05 3

1 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Varškė (9%) su natūraliu jogurtu (2,5 %) ir uogomis (tausojantis)	U024.2	71/43/36	13,7	8,0	11,1	172
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Sūris 45% fermentinis		20	5,0	5,1	0,0	66
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,7	0,3	9,8	44
Nesaldinta arbatžolių aroma	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:					20,9	282

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	100	0,9	0,9	7,5	41
Viso grūdo ruginė duona	P023	20	1,4	0,3	10,5	50
Plovas su kalakutiena (tausojantis)		78/42	15,6	7,6	25,8	226
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S027	60	0,6	2,5	1,8	32
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,5	2,2
Iš viso:			18,6	11,3	44,0	352

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Spelta miltų sklandžiai su obuoliais	M003	80/10	5,8	9,8	29,3	228
Jogurtinė grietinė 10%		15	0,5	1,5	0,6	18
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
Iš viso:			9,7	13,8	34,8	302
Iš viso (dienos davinio):			47,7	38,5	99,7	936



Direktorė
Dalia Filimonova

[Handwritten signature]

Direktorė
Simona Eirošienė

[Handwritten signature]
2023-11-05

I savaitė - Penktadienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojančis)	Kr023	100	6,0	2,9	20,4	132
Sviestas 82%		3	0,0	2,5	0,0	22
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Varškė 9%		40	6,4	3,6	1,4	64
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
			14,7	9,6	42,8	314

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojančis) (augalinis)	St006	100	0,9	1,0	5,8	35
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Jūrinių lydekų file kotletai (tausojančis)	Ž013	70	10,0	1,5	8,7	88
Bulvių košė (tausojančis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Daržovių (kopūstų, morkų, pomidorų, agurkų) salotos su saldzija	S027	80	0,9	5,0	6,2	73
paprika (augalinis)	G009.1	100	0,0	0,0	0,7	3
Stalo vanduo			15,5	10,7	48,6	352

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Keptuvėje kepti varškės blynėliai	V013	100	10,9	12,5	18,5	230
Braškės (trintos, pjaustytos arba kt.)		15	0,1	0,1	1,5	7
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
			11,1	12,5	19,9	237
Iš viso (dienos davinio):			40,7	32,8	111,3	903


 Direktorė
 Dalia Filimonova

Direktorė
 Simona Eišienė

2025-11-05 5

2 savaitė - Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Pusryčiai val.				Energinė vertė, kcal	
		Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g		
		L	L	L	L	L	
Pieniška miežinių kruopų košė (tausojantis)	Kr001	120	6,3	1,7	32,3	170	
Sviestas (82 %) (košei)		3	0,0	2,5	0,0	22	
Grikių trapičiai		10	1,3	0,3	7,0	36	
Sūris 45% fermentinis		10	2,5	2,6	0,0	33	
		80	0,3	0,3	10,4	46	
	G003	100	0,0	0,0	0,0	0	
Nesaldinta arbatžolių arbata							
		IS viso:			7,4	49,8	307

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Pietūs val.				Energinė vertė, kcal	
		Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g		
		L	L	L	L	L	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	100	0,9	1,0	5,6	35	
Viso grūdo ruginė duona	P019	20	1,4	0,3	10,5	50	
Kapotos vištienos kepsniukai	Gr013	70	14,6	6,2	3,4	128	
Virtos grikių kruopos (tausojantis)		100	4,2	1,0	23,1	119	
Šviežių daržovių (agurkų, paprikų, pomidorų, svogūnų) salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	50	0,5	2,7	2,8	37	
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,1	1	
		IS viso:			11,2	45,7	370

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Vakarienė val.				Energinė vertė, kcal	
		Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g		
		L	L	L	L	L	
Varskės ir ryžių apkepas (tausojantis)	V012	72/58	14,2	10,8	16,9	223	
Jogurtinė grietinė 10%		20	0,7	2,0	0,8	24	
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0	
		IS viso:			17,7	247	
		IS viso (dienos davinio):			46,9	31,4	924



Direktorė
Dalia Filimonova

[Handwritten signature]

Direktorė
Simona Eirošienė

[Handwritten signature]
2025-11-05

2 savaitė - Antradienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Virti mokedonai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	M008.1	77/13	8,4	5,5	27,8	195
Viso grūdo ruginė duona		10	0,7	0,1	5,3	25
Virta dešra u.r.		10	1,0	2,1	0,1	23
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			10,5	8,1	43,6	289

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100	1,5	1,5	11,6	66
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti miltos kiaušienos kukuliai su manų kruopomis ir čiobreliais (tausojantis)	Se-K3.1	62/8	18,2	4,7	3,2	128
Bulvių košė su ciberžole ir krapais (tausojantis)	Gr012	100	2,1	2,8	16,5	100
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	90	2,1	6,6	5,8	91
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,7	3
Iš viso:			25,3	16,0	48,3	438

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Daržovių (kopūstų, morkų, svogūnų, paprikų ir pomidorų) troškiny su pieniškomis vištienos dešrelėmis (tausojantis)	D048.1	107/23	4,5	5,1	0,0	100
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Kofyras 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			11,7	9,2	23,2	259
Iš viso (dienos davinio):			47,5	33,2	115,1	985

Direktore
Dalia Filimonova

2025-11-05
Direktorė
Simona Eišienė

2 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	120	5,1	3,0	28,1	160
Sviestas (82%) (košči)		3	0,0	2,5	0,0	22
Kukurūzų trapučiai		20	1,8	1,1	14,6	73
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			7,3	6,9	53,1	301

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	100	1,4	1,1	9,6	54
Grietinėlėje troškinta kalakutienos filė su morkomis (tausojantis)	P014	70/10	14,4	12,2	3,8	183
Virti plikyti ryžiai (T), (A)	Se-Gr6.1	80	3,0	0,1	26,1	118
Raudonųjų kopūstų salotos su pupelėmis, burokėliais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S021	80	2,1	2,2	10,6	70
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,5	2
Iš viso:			21,0	15,7	50,6	427

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Virti varškėčiai su grikių sėlenomis (tausojantis)	V001	97/3	15,4	7,8	25,6	234
Avietės		10	0,1	0,1	1,3	6
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			15,5	7,9	26,9	240
Iš viso (dienos davinio):			43,7	30,4	130,7	969


 rektorė
 Daria Filimonova

Direktorė
 Simona Eišrošienė


 2025-11-05

2 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga gr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Omeletas su žalumynais (tausojantis)	Ki001.2	60/2	6.7	7.3	1.3	98
Viso grūdo ruginė duona		20	1.4	0.3	10.5	50
Sviestas 82% (duonai)		5	0.0	4.1	0.0	37
Pomidorų padažas		20	0.4	0.0	4.6	20
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	D000.3	40	0.4	0.1	1.6	9
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0.4	0.4	13.0	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0.0	0.0	0.0	0
		Iš viso:	9.3	12.2	31.0	271

Pietūs.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga gr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150	0.9	1.2	8.3	54
Troškintos miltos kiaulienos padažas (tausojantis)	K021	70	8.5	9.1	6.4	141
Virti kvietinių miltų makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010.2	120	6.5	0.8	37.3	182
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S027	95	1	4	2.8	51
Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais arba žalumynais)	Gr008	150	0.0	0.0	1.0	4
		Iš viso:	16.9	15.1	55.8	432

Vakarienė.....val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga gr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		D	D	D	D	D
Mieliniai blynai	M004	100	7.1	13.5	36.4	296
Jogurtinė grietinė 10%		20	0.7	2	0.8	24
Pienas 2.5%		120	4.1	3.0	5.9	67
		Iš viso:	11.9	18.5	43.1	387
		Iš viso (dienos davinio):	38.1	45.8	129.9	1090



Direktorė
Dalia Filimonova
Dalia Filimonova

Direktorė
Simona Eirošienė

Simona Eirošienė
2024-11-05

2 savaitė - Penktadienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Grikių košė su prieskoniais žolelėmis (tausojančios) (augalinis)	Kr027.2	120	6,8	3,6	32,1	188
Grikių trapučiai		10	1,3	0,3	7,0	36
Sūris 45% fermentinis		10	2,5	2,6	0,0	33
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			10,9	6,8	49,5	303

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Zirnių sriuba su morkomis, svogūnais ir petražolėmis (tausojančios) (augalinis)	Sr015	100	3,4	1,5	11,6	74
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti menkių filė paplotėliai praturinti maistinėmis grikių selenomis (tausojančios)	Z002	56/4	11,3	6,9	4,8	126
Bulvių košė (tausojančios)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Baltagūžių kopūstų salotos su morkomis ir porais bei nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojančios)	S037	80	1,2	4,2	5,2	63
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,1	1
Iš viso:			19,6	15,8	49,0	416

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Skrebutis pieno ir kiaušinių plakinyje (tausojančios)	U018	60	6,1	3,9	33,0	191
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			11,2	7,7	40,3	275
Iš viso (dienos davinio):			41,6	30,2	138,9	994



Direktorė
Dalia Filimonova

Direktorė
Simona Eirošienė

2022-11-05

3 savaitė - Pirmadienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška avižinių kruopų košė (tausojantis)	Kr011	140	6,4	3,2	20,5	136
Sviestas 82%		3	0,0	2,5	0,0	22
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%) ir virta dešra (a.r.)	U072	25/3/12	2,8	4,8	10,7	96
Sezoninių vaisių lėkštelė	G003	80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata		100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	9,5	10,8	41,6	300

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	100	0,9	1,0	5,3	34
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptas, speita miltuose paniruotas vištienos maltinukas (tausojantis)	P011	60	14,3	2,2	5,6	99
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	Gr002.1	100	3,8	0,2	32,6	147
Pekino salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	80	0,9	5,3	2,9	62
Stalo vanduo	G009.1	100	0,1	0,0	0,6	3
		Iš viso:	21,3	8,9	57,5	395

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	Sr049	200	6,1	7,7	19,9	174
Batonas		20	0,9	0,9	10,4	56
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	6,1	8,6	30,3	230
		Iš viso (dienos davinio):	36,8	28,4	129,4	925



Direktore
Dalia Filimonova

[Handwritten signature]

Direktorė
Simona Eišorienė

[Handwritten signature]
2025-11-05 11

3 savaitė - Antradienis

Pusryčiai.....val.

Patickalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja gr.	Patickalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pieniška ryžių košė (taisojantis)	Kr003	130	4.6	1.4	28.4	144
Sviestas 82%		5	0.0	4.1	0.0	37
Braškės		10	0.1	0.0	1.0	5
Juodos duonos(su saulėgrąžomis) sumuštinis su virta dešra a.r. ir agurkais (taisojantis)	U027.4	16/16/8	1.5	2.4	3.4	41
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0.8	1.9	9.3	57
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0.0	0.0	0.0	0.0
		Iš viso:	7	9.8	42.1	284

Pietūs.....val.

Patickalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja gr.	Patickalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Barščių sriuba (taisojantis) (augalinis)	Sr003	100	2.1	1.4	8.3	55
Viso grūdo ruginė duona		20	1.4	0.3	10.5	50
Orkaitėje kepta vištienos filė su krapais ir petražolėmis (taisojantis)	P020	59/1	21.0	1.7	0.4	100
Virtų grikių kruopos (taisojantis)	Gr013	100	4.2	1.0	23.1	119
Šviežių daržovių (agurkų, paprikų, pomidorų, svogūnų) salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	007	80	1.3	4.1	4.9	62
Vanduo (pasaldintas vaisių gabalukais arba žalumynais)	Gr008	100	0.0	0.0	0.7	3
		Iš viso:	30	8.5	47.9	389

Vakarienė.....val.

Patickalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja gr.	Patickalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pieniška miltinių kukulaičių sriuba (taisojantis)	Sr036	200	5.8	7.2	19.3	165
Trapučiai		20	1.7	0.1	16.8	75
		Iš viso:	7.5	7.3	36.1	240
		Iš viso (dienos davinio):	44.5	25.6	126.1	913



Direktorė
Dalia Filimonova
Dalia Filimonova

2025-11-05

Direktorė
Simona Eirošienė

12

3 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai.....val.

Patickalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga gr.	Patickalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Manų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr022	125/5	4.1	6.6	15.8	139
Vyšnios be kauliukų (košei)		10	0.1	0.1	1.2	6
Viso grūdo ruginė duona		20	1.4	0.3	10.5	50
Varškė 9%		30	4.8	2.7	1.1	48
Sezoninių vaisių lekštelė		80	0.3	0.3	10.4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0.0	0.0	2.8	11.0
		Iš viso:	10.7	10	41.8	300

Pietūs.....val.

Patickalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga gr.	Patickalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Žalųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	100	2.9	1.8	11.4	28
Viso grūdo ruginė duona		20	1.4	0.3	10.5	50
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	75/45	13.3	5.3	23.3	194
Jogurtinė gricinė 10%		15	0.5	1.5	0.6	18
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių alicjaua užpilu (augalinis)	025	70	0.8	6.1	5.3	96
Vanduo (pasaldintas vaisių gabaliukais arba žalumynais)	Gr008	100	0.0	0.0	0.9	4
		Iš viso:	18.9	15.0	52.0	390.0

Vakarienė.....val.

Patickalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga gr.	Patickalo maistinė vertė, g			Energ. vertė, k.cal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	M008.1	85/15	9.4	6.1	30.9	216
Kefyras 2.5%		100	3.4	2.5	4.9	56
		Iš viso:	12.8	8.6	35.8	272
		Iš viso (dienos davinio):	42.4	33.6	129.6	962.0



Direktorė
Dalia Filimonova
Dalia Filimonova

Direktorė
Simona Eirošienė

2023-11-05

3 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Grikių košė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr027.2	120	6,8	3,6	32,1	188
Grikių trapučiai		10	1,3	0,3	7,0	36
Sūris 45% fermentinis		10	2,5	2,6	0,0	33
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			10,9	6,8	49,5	303

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	100	1,9	1,0	9,3	54
Juoda duona su saulėgrąžomis		20	1,6	1,8	8,2	55
Kiaulienos gabaliukai troškinti pomidorų padaže (tausojantis)	K006.1	45/15	13,2	5,3	4,4	118
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	100	3,2	0,6	24,8	118
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S004	40	0,4	2,1	3,7	35
Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)	S028	40	0,3	2,1	0,9	24
Stalo vanduo	G009.1	100	0,1	0,0	0,7	3
Iš viso:			20,7	12,9	52,1	408

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Kukurūzų miltų blynai su bananais	M001	60/20	5,1	8,0	22,5	183
Jogurtinė grietinė 10%		15	0,5	1,5	0,6	18
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			10,7	13,3	30,5	284
Iš viso (dienos davinių):			42,3	32,9	132,1	995



Direktorė
Dalia Filimonova

[Handwritten signature]

Direktorė
Simona Eirošienė

[Handwritten signature]
2023-11-05

3 savaitė - Penktadienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojantis)	Kr023	110	6,6	3,2	22,5	145
Sviestas 82%		3	0,0	2,5	0,0	22
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Varškė 9%		4	0,6	0,4	0,1	6
Sezoninių vaisių lektelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			9,0	6,7	43,6	270

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	100	1,4	1,1	9,6	54
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti menkių file maltinukai (tausojantis)	Ž010	60	9,7	6,8	3,9	115
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	S033	65/65	0,9	5,3	2,9	62
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,7	3
Iš viso:			15,6	16,4	44,3	387

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškės apkepas (tausojantis)	V016	120	13,7	9,8	15,8	206
Trapučiai		20	1,7	0,1	16,8	75
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			15,4	9,9	32,6	281
Iš viso (dienos davinio):			40,0	32,9	120,6	939



Direktorė
Dalia Filimonova

[Handwritten signature]

Direktorė
Simona Eišienė

[Handwritten signature]
2025-11-05 15