

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

UAB „PONTEM“ Vilniaus skyrius

Šumsko pagrindinė mokykla

Vilniaus g. 2, Vilniaus raj.

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

____15____ DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

____1- 3 m. ____
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Istaigos darbo laikas
Nuo ____ iki ____ val.

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000391

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-21C	150 g.	5,95	1,68	26,29	138,31
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GERN-45AA	150 g.	1,74	2,35	2,21	38,39
Morkų salotos su jogurtu ir cukrumi	GSALN-146	50 g.	0,73	0,30	6,48	27,61
			8,45	8,43	35,02	241,46

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116	100 g.	1,36	2,02	5,30	39,20
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Vištienos kukulis su sorų kruopomis (tausojantis)	AKMPN-163	50 g.	10,32	7,38	5,36	129,41
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3C	80 g.	2,61	2,88	20,05	110,55
Šviežių daržovių salotos su aliejumi (kopūs,mork,obuol,svog) (augalinis)	GSALN-26C	30 g.	0,31	1,57	2,62	23,90
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149B	30 g.	0,46	1,85	3,71	30,81
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			16,43	16,16	58,29	421,45

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	AMLTN-18I	100 g.	5,44	1,20	33,18	162,47
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas	PADN-12E	5/5 g.	0,15	5,60	0,20	51,85
Pienas 2,5%	GERN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			10,39	10,55	40,58	296,82
Iš viso:			35,27	35,14	133,89	959,73

Dietistė – padalinio vadovė
Inga Isaševienė

1 savaitė antradienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000392

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-16C	150 g.	4,95	2,13	21,34	124,61
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Kukurūzų trapučiai	IVNT-99	15 g.	1,37	0,83	10,94	54,90
Sviestas 82%	IVNT-15D	3 g.	0,02	2,46	0,02	22,29
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,37	9,52	32,34	238,95

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-3Ž	100 g.	0,86	0,87	6,52	34,41
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Virti mušti kiaulienos suktinukai troškinti padaže(tausojantis)	AKMPN-84B	50/30 g.	9,27	5,80	5,21	108,79
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-1C	80 g.	2,03	2,94	21,94	117,51
Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5F	30 g.	0,49	0,24	2,85	13,42
Kopūstų,paprikų,morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-111D	30 g.	0,52	3,67	2,44	42,13
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			14,94	13,88	57,81	394,84

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir bulvių košė (tausojantis)	ADRŽPN-35A	150 g.	10,74	4,22	32,08	194,96
Pieno 2,5% padažas	PADN-2D	15 g.	0,34	1,01	1,19	15,13
Švž. agurkai(augalinis)	GSALN-59C	15 g.	0,12	0,03	0,35	1,65
Kefyras 2,5%	GERN-49F	130 g.	3,77	3,25	5,20	67,60
			14,97	8,51	38,82	279,34
Iš viso:			36,28	31,91	128,97	913,13

Gatavė – pedalinio vadovė
Inga Isajevienė

1 savaitė trečiadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000393

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-15I	150 g.	5,47	3,16	21,52	130,36
Sviestas 82%	IVNT-15E	2 g.	0,01	1,64	0,02	14,86
Pienas 2,5%	GERN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			10,68	8,95	41,74	280,72

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-38M	100 g.	0,63	1,86	4,06	32,92
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Kalakutienos kukulis(tausojantis)	AKMPNN-164D	50 g.	11,62	3,80	5,24	99,79
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-2L	90 g.	5,38	4,00	29,57	172,70
Pekino kopūstų salotos su agurkais (pek.kop.agurk.obuol.por)(augalinis)	GSALN-41C	30 g.	0,32	1,59	1,80	20,55
Paprikos,špinatų ir obuolių salotos su aliejaus padažu(augalinis)	GSAL-WWW-94C	30 g.	0,42	2,81	2,69	36,09
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			19,67	14,28	53,82	409,49

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45%(tausojantis)	AMLTN-17E	147/13 g.	8,47	11,03	34,89	277,19
Burokėlių salotos su kmynais (augalinis)	GSALN-33C	30 g.	0,52	0,08	3,22	12,98
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,99	11,11	38,11	290,17
Iš viso:			39,34	34,34	133,67	980,38

Diebsta - pedalinio vadovė
Inga Isojevičienė

1 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000394

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22H	130 g.	4,00	1,51	24,06	128,00
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8ZZ	20/3/10 g.	4,00	5,38	10,95	105,73
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuolių salotos su jogurtu	GSALN-127	50 g.	0,43	0,40	6,45	29,36
			8,46	11,39	41,5	300,24

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117	100 g.	1,48	1,51	9,49	54,98
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virti lydekų maltiniai (tausojantis)	AŽUVPK-PNV-7D	50 g.	7,67	4,58	8,61	105,17
Biri miežinių kruopų košė(augalinis) (tausojantis)	GGARN-4C	80 g.	2,75	2,75	18,93	106,23
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128	30 g.	0,38	0,12	2,55	10,22
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12C	30 g.	0,43	1,57	2,10	21,85
Geriamas vanduo	GĖRN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			14,41	11,05	65,54	397,89

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių apkepas su varške 9% (tausojantis)	AAPK-17N	84/16 g.	5,34	6,03	31,85	196,65
Natūralus jogurtas	IVNT-98A	15 g.	0,66	0,44	1,01	10,65
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			10,8	10,22	40,06	289,8
Iš viso:			33,67	32,66	147,10	987,93

Paruše - patalpinimo vadovė
Inga Isajevienė

1 savaitė penktadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000395

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (1vnt.) (tausojantis)	IKIAUŠN-13A	50 g.	6,15	5,85	0,35	78,50
Duona su sviestu 82%	IUŽKN-6M	30/3 g.	2,09	2,79	16,40	95,40
Mišrainė su natūraliu jogurtu (bulv., mork., agurk., žirn.)	GSALN-133B	150 g.	5,31	2,41	17,81	108,39
Kmynų arbata be cukraus	GERN-46E	150 g.	0,03	0,02	0,07	0,50
			13,58	11,07	34,63	282,79

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-39NN	100 g.	2,08	1,70	7,75	50,92
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Bulvių plokštainis	ADRŽPN-47L	130 g.	3,86	5,41	31,33	186,78
Pieno 2,5% padažas	PADN-2	20 g.	0,43	1,08	1,32	16,67
Burokėlių salotos su aliejaus padažu (svog., aliej., citr.)(augalinis)	GSAL-SMLPC-27C	30 g.	0,40	4,41	2,90	50,79
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir jogurtu	GSALN-136B	30 g.	0,55	0,18	2,44	11,34
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			9,09	13,14	64,59	395,08

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miltiniai blynėliai	AMLTN-32N	80 g.	5,41	5,48	34,63	206,29
Natūralus jogurtas	IVNT-98B	10 g.	0,44	0,29	0,67	7,10
Pienas 2,5%	GERN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			10,65	9,52	42,5	295,89

Iš viso (dienos davinio):

33,32 33,73 141,72 973,76

Užrašė ... pedalinio vadovė
Inga Isajevienė

2 savaitė pirmadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000396

Požymnis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-24H	150 g.	5,23	2,04	22,36	126,43
Sviestas 82%	IVNT-15E	2 g.	0,01	1,64	0,02	14,86
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8Z	20/5/10 g.	4,01	7,02	10,97	120,59
Mėtų arbata be cukraus	GERN-77C	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinų ir morkų salotos su jogurtu	GSALN-154	50 g.	0,66	0,33	4,95	21,90
			9,91	11,03	38,3	283,78

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojančias)	SRIN-118	100 g.	2,51	2,06	8,58	56,04
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Garintas kiaulienos maltinis (tausojančias)	AKMPN-124C	50 g.	6,02	6,14	6,99	105,48
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojančias)	GGARN-5C	80 g.	4,10	2,75	22,82	126,28
Porų, obuolių ir morkų salotos su jogurtu	GSALN-155	30 g.	0,49	0,24	2,75	13,32
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40E	30 g.	0,35	2,95	1,13	30,06
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			14,84	14,7	63,12	419,76

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su bulvių įdaru (tausojančias)	AMLTN-3C	79/51 g.	5,53	2,61	35,89	185,48
Natūralus jogurtas	IVNT-98B	10 g.	0,44	0,29	0,67	7,10
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			10,32	6,65	42,56	270,58
Iš viso:			35,07	32,38	143,98	974,12

Dietistė – padalinio vadovė
Inga Isajevienė

2 savaitė antradienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000397

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	IKIAUŠN-6B	50 g.	4,14	5,58	3,23	79,17
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Naminė burokėlių mišrainė su aliejumi(augalinis)	GSALN-103A	100 g.	3,31	5,20	13,77	107,21
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42C	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,39	11,11	32,69	257,55

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRI-SMLPC-10FF	100 g.	2,08	1,69	7,73	50,88
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Garintas vištienos maitinis (tausojantis)	AKMPN-25B	50 g.	6,22	4,07	7,05	87,84
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7C	80 g.	2,02	2,90	11,09	77,06
Špinatų, pomidorų salotos su svogūnų laiškais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-143D	30 g.	0,54	3,08	1,07	32,47
Troškinti švž. kopūstai (augalinis) (tausojantis)	GSAL-WWW-17D	30 g.	0,61	2,18	3,73	33,85
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			13,64	14,38	61,62	414,68

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė(tausojantis)	IKRUOPN-12J	170 g.	4,09	2,07	26,58	136,74
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Pienas 2,5%	GERN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			8,92	9,92	33,82	256,39
Iš viso:			31,95	35,41	128,13	928,62

Patvirtina – pedalinio vadovė
loga išsijovienė

2 savaitė trečiadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000398

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-18C	150 g.	5,21	2,28	25,69	146,21
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir varškės sūriu22%	IUŽKN-10S	20/3/10 g.	3,22	4,88	11,22	99,43
Kmynų arbata be cukraus	GERN-46E	150 g.	0,03	0,02	0,07	0,50
			8,49	11,28	37,02	283,29

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis(augalinis)(tausojantis)	SRIN-32K	100 g.	0,49	2,01	3,36	32,96
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Kalakutienos kukulis su avižiniais dribsniais (tausojantis)	AKMPN-161	50 g.	11,63	3,81	5,26	100,24
Bulvių tyrė (tausojantis)	GGARN-15	100 g.	2,25	0,50	16,53	78,74
Burokėlių ir pupelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-116D	30 g.	0,97	3,67	3,30	47,27
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75E	30 g.	0,30	3,65	2,42	41,21
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			17,34	14,16	54,73	399,86

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% spygliukai(tausojantis)	AVRŠPN-8M	90 g.	9,57	5,47	24,76	186,30
Natūralus jogurtas	IVNT-98B	10 g.	0,44	0,29	0,67	7,10
Pienas 2,5%	GERN-48L	130 g.	4,16	3,25	6,24	71,50
Morkų ir obuolių salotos su jogurtu	GSALN-129A	50 g.	0,63	0,28	4,70	20,32
			14,8	9,29	36,37	285,22

Iš viso (dienos davinio): 40,63 34,73 128,12 968,37

Dieta – padalinio vadovė
Inga Isajevienė



2 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000399

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	IKRUOPN-5C	150 g.	3,61	4,79	24,98	151,24
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12ZZ	20/3/10 g.	2,80	4,96	10,94	96,73
Švž. agurkai(augalinis)	GSALN-59C	15 g.	0,12	0,03	0,35	1,65
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,53	9,78	36,27	249,62

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai su švž. kopūstais ir bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-60F	100 g.	0,79	1,28	5,23	31,92
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virti lydekų maltiniai (tausojantis)	AŽUVPK-PNV-7D	50 g.	7,67	4,58	8,61	105,17
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3C	80 g.	2,61	2,88	20,05	110,55
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21B	30 g.	1,96	0,86	5,20	28,08
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44C	30 g.	0,30	1,56	1,68	19,80
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			15,03	11,78	64,23	395,96

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynėliai su varškės 9% įdaru	AMLTN-10C	65/35 g.	8,26	7,21	25,27	196,86
Natūralus jogurtas	IVNT-98	5 g.	0,22	0,15	0,34	3,55
Pienas 2,5%	GERN-48L	130 g.	4,16	3,25	6,24	71,50
			12,64	10,61	31,85	271,91
Iš viso:			34,20	32,17	132,35	917,49

Uždėjęs... padalinio vadovė
Inga Isajevienė

2 savaitė penktadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000400

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sėlenėlėmis (tausojantis)	IKRUOPN-14M	150 g.	6,43	2,12	30,85	160,66
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Kukurūzų trapičiai	IVNT-99	15 g.	1,37	0,83	10,94	54,90
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušių salotos su jogurtu	GSALN-151A	30 g.	0,26	0,21	3,97	17,37
			8,09	7,26	45,8	270,08

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-10P	100 g.	0,81	1,48	6,80	42,06
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Makaronai su kiauliena pomidorų padaže(tausojantis)	AMLTN-30B	135/15 g.	7,33	7,31	30,97	220,58
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu (tausojantis)	GSALN-125A	30 g.	0,40	1,15	3,09	21,38
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-28D	30 g.	0,54	4,24	3,50	51,26
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			10,85	14,54	63,21	413,86

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai "Tinginėliai" (varš,milt,kiauš) (tausojantis)	AVRŠPN-1F	100 g.	13,41	6,58	26,35	216,95
Pieno 2,5% padažas	PADN-2D	15 g.	0,34	1,01	1,19	15,13
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GERN-45AA	150 g.	1,74	2,35	2,21	38,39
			15,49	9,94	29,75	270,47

Iš viso (dienos davinio): 34,43 31,74 138,76 954,41

Dietales – padalinio vedovė
Inga Isajevienė



3 savaitė pirmadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000401

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13C	150 g.	5,50	2,25	23,52	134,63
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12ZZ	20/3/10 g.	2,80	4,96	10,94	96,73
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42AA	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			8,33	11,31	34,5	268,51

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-39NN	100 g.	2,08	1,70	7,75	50,92
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Jautienos maltinukai su saldžiąja paprika ir bazilikais (tausojantis)	AKMPNN-167D	50 g.	8,56	3,55	4,71	84,60
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5C	80 g.	4,10	2,75	22,82	126,28
Špinatų, pomidorų salotos su svogūnų laiškais ir jogurtu	GSALN-142B	30 g.	0,67	0,17	1,27	7,60
Burokėlių salotos su apelsiniais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-158	30 g.	0,49	1,84	3,59	30,21
Geriamas vanduo	GĖRN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			17,27	10,57	60,99	388,19

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% apkepas su sorų kruopomis (tausojantis)	AAPK-23	150 g.	9,37	9,76	31,12	250,44
Pieno 2,5% padažas	PADN-2D	15 g.	0,34	1,01	1,19	15,13
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Morkų ir obuolių salotos su jogurtu	GSALN-129A	50 g.	0,63	0,28	4,70	20,32
			10,34	11,05	37,01	285,89
Iš viso:			35,94	32,93	132,50	942,59

Dieta – patalpinimo vedovė
Inga Isajevienė

3 savaitė antradienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000402

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (1 vnt.) (tausojuantis)	IKIAUŠN-13A	50 g.	6,15	5,85	0,35	78,50
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Baltoji mišrainė su natūraliu jogurtu (be kiaušinių)	GSALN-150	150 g.	3,81	0,69	20,63	97,86
Kmynų arbata be cukraus	GERN-46E	150 g.	0,03	0,02	0,07	0,50
			11,32	10,88	31,55	261,45

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojuantis)	SRIN-66E	100 g.	1,24	0,97	7,58	42,32
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Maltos lydekų filė kotletas (tausojuantis)	AŽUVPN-20B	50 g.	7,77	4,59	8,13	103,00
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojuantis)	GGARN-1C	80 g.	2,03	2,94	21,94	117,51
Žiedinių kopūstų, pomidorų ir porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-140A	30 g.	0,55	3,07	1,21	32,27
Kopūstų, morkų, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161	30 g.	0,33	3,65	2,11	40,50
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			13,69	15,58	59,82	414,18

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su daržovėmis (tausojuantis)	AMLTN-II	110 g.	4,74	3,04	31,34	170,93
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSAL-WWW-28D	30 g.	0,54	4,24	3,50	51,26
Kefyras 2,5%	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
			9,63	11,03	40,84	300,19
Iš viso:			34,64	37,49	132,21	975,82

Gietisė – padalinio vadovė
 Inga Isajevienė

3 savaitė trečiadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000403

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-19C	150 g.	4,49	1,66	21,88	115,83
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Varškė 9% su jogurtu ir cukrumi	IVRŠPN-22	38/10/2 g.	6,44	3,67	4,48	76,98
Batonas	IVNT-12	20 g.	1,88	0,56	12,68	60,28
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,84	9,99	39,08	290,24

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vermišėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-79G	100 g.	1,64	2,29	11,76	73,94
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Vištienos kukulis su avižiniais dribsniais (tausojantis)	AKMPN-162	50 g.	10,56	7,66	5,21	130,39
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7C	80 g.	2,02	2,90	11,09	77,06
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	GSAL-PNV-2H	30 g.	0,52	0,98	3,22	21,08
Pekino kopūstų salotos su agurkais (pek.kop.agurk,obuol,por)(augalinis)	GSALN-41C	30 g.	0,32	1,59	1,80	20,55
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			16,43	15,98	53,93	411,6

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sklandžiai	IKRUOPN-8B	150 g.	4,20	6,16	26,52	173,82
Natūralus jogurtas	IVNT-98B	10 g.	0,44	0,29	0,67	7,10
Pienas 2,5%	GERN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
Apelsinų ir morkų salotos su jogurtu	GSALN-154A	30 g.	0,40	0,20	2,97	13,14
			9,84	10,4	37,36	276,56

Iš viso (dienos davinio): 39,11 36,37 130,37 978,40

Dietaistė – padalinio vedovė
Inga Isajevienė

3 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000404

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-17C	150 g.	4,35	1,80	23,03	120,24
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-10S	20/3/10 g.	3,22	4,88	11,22	99,43
Mėtų arbata be cukraus	GERN-77C	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Morkų salotos su jogurtu ir cukrumi	GSALN-146	50 g.	0,73	0,30	6,48	27,61
			8,33	11,08	40,77	284,43

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-56F	100 g.	0,88	1,87	4,14	34,73
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Virtos vištienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-155C	50 g.	6,90	9,41	7,14	138,23
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-4C	80 g.	2,75	2,75	18,93	106,23
Virti žalieji žirneliai (tausojantis)	GGARN-21B	30 g.	1,96	0,86	5,20	28,08
Salierų, morkų, obuolių, porų salotos su jogurtu	GSALN-145C	30 g.	0,40	0,17	2,64	11,24
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			14,66	15,42	56,9	397,09

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miltiniai abriedukai (tausojantis)	AMLTN-20E	100 g.	4,98	0,60	34,50	160,43
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas	PADN-12E	5/5 g.	0,15	5,60	0,20	51,85
Pienas 2,5%	GERN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			9,93	9,95	41,9	294,78
Iš viso:			32,92	36,45	139,57	976,30

Slėpsta -- padalinio vadovė
Inga Isajevienė



3 savaitė penktadienis

Dokumento serija PERSPEKTYVINIS Nr. 000405

Požymis: Vaikai (1-3 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22H	130 g.	4,00	1,51	24,06	128,00
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu	IUŽKN-8	15/3/10 g.	3,66	5,33	8,22	93,55
Kmynų arbata be cukraus	GERN-46E	150 g.	0,03	0,02	0,07	0,50
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			8,12	11,36	45,39	312,2

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta pupelių sriuba(augalinis) (tausojantis)	SRIN-30SS	100 g.	2,11	1,71	7,87	50,12
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis)	ADRŽPN-37B	129/21 g.	5,56	4,49	34,87	198,73
Pieno 2,5% padažas	PADN-2	20 g.	0,43	1,08	1,32	16,67
Morkų salotos su aliejumi(augalinis)	GSAL-TAUS-4E	30 g.	0,33	2,47	2,86	31,82
Švž. agurkai(augalinis)	GSALN-59	20 g.	0,16	0,04	0,46	2,20
Geriamas vanduo	GERN-85A	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,89	10,01	57,84	346,98

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% skryliukai (tausojantis)	AVRŠPN-14F	100 g.	11,65	5,49	26,09	199,07
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	0,37	3,32	1,39	37,01
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37D	150 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Morkų ir kriaušių salotos su jogurtu	GSALN-153A	40 g.	0,51	0,22	3,80	16,17
			12,53	9,03	31,28	252,25
Iš viso:			30,54	30,40	134,51	911,43

Dirigė – pedalinio vadovė
Inga Isakovienė