

UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ „MAISTO SLĖNIS“

Uždaroji akcinė bendrovė, Naftininkų g.38-2, LT-89154 Mažeikiai, tel. (8 443) 20 300, (8 443) 20 301,
faks. (8 443) 20 303, Duomenys apie juridinį asmenį kaupiami ir saugomi VĮ „Registru centras“,
Kodas 304939259 PVM kodas LT100011972512



SUDERINTA:

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Židronė Dobrovolskienė

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11 - 14 metų vaikams

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Krekenavos Mykolo Antanaičio gimnazija

Laisvės gatvė 18, Krekenava 38310

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

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 14.00 val.

2023 09 01

Isavaite
Pirmadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g		Energetinė vertė, kcal
			riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	KRUOP-30D	200	3,86	30,57	188,08
Trintos uogos	PAD-1B/P-14A	10	0,08	2,36	9,28
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu	UŽK-5A	25/5/20	10,16	13,55	168,75
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,10	46,48	366,11

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	SR-5	150	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	84	200	-	-	-	-
Trintos uogos (augalinis)	15a	20	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	20	-	-	-	-
Morkų lazdelės (augalinis)	SL-37	100	-	-	-	-
Vaisiai		110	-	-	-	-
Iš viso:						

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	SR-5	150	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos troškiny su ryžiais (Plovas)(tausojantis)	3	100/100	-	-	-	-
Marinuoti agurkai (augalinis)	45	100	-	-	-	-
Vaisiai		110	-	-	-	-
Iš viso:						

1.

Direktorius
Vaidas Pocius



Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Židronė Dabrovolskienė



I savaitė
Antradienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	KRUOP-37II	200	7,38	5,65	32,99	208,92
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4A	25/5/20	1,85	5,47	13,91	109,31
Arbata su pienu (be cukraus)	GĖR-45B	200	0,58	0,50	0,94	10,61
Iš viso:			9,81	11,62	47,84	328,84

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	1	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	1	160	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	100	-	-	-	-
Šviežių kopūstų, svogūnų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	1	100	-	-	-	-
Vaisiai		110	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	1	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	40	-	-	-	-
Mieliniai blynai (keptas)	67	200	-	-	-	-
Trintos uogos (augalinis)	15a	30	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	30	-	-	-	-
Morkų lazdelės (augalinis)	SL-37	100	-	-	-	-
Vaisiai		110	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

I savaitė
Trečiadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė su picnu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-23E	200	9,34	8,84	47,08	311,06
Trintos uogos	PAD-1B/P-14A	10	0,14	0,08	2,36	9,28
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,48	8,92	49,44	320,34

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepta paukštienos file (tausojantis)	31	100	-	-	-	-
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	6	100	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	50	-	-	-	-
Švieži pomidorai (augalinis)	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		120	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	40	-	-	-	-
Virti varškėčiai (9%)(tausojantis)	82	200	-	-	-	-
Sviesto 82% ir grietinės 30% padažas	3	30	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	100	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

1 savaitė
Ketvirtadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-24D	200	9,02	4,12	47,24	250,5
Sviesto(82%) – grietinės (30%) padažas	PAD-3/PD-3	10	0,17	5,25	0,23	48,97
Kakava su pienu (2,5%) (be cukraus)	GĖR-8B	200	3,74	3,35	6,50	65,60
Iš viso:			12,93	12,72	53,97	365,07

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) kepsnys (tausojantis)	39	100	-	-	-	-
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	7	100	-	-	-	-
Burokėlių salotos su pakepintais svogūnais ir aliejumi (augalinis)	16	50	-	-	-	-
Marinuoti agurkai (augalinis)	45	20	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Bulvių plokštainis (keptas)	47	200	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	20	-	-	-	-
Burokėlių salotos su pakepintais svogūnais ir aliejumi (augalinis)	16	100	-	-	-	-
Kefyras (2,5%)		100	-	-	-	-
Vaisiai		130	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

I savaitė
Penktadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30DD	200	7,73	7,99	30,62	225,53
Trintos uogos	PAD-1B/P-14A	10	0,14	0,08	2,36	9,28
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu	UŽK-5A	25/5/20	6,29	10,16	13,55	168,75
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,16	18,23	46,53	403,56

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	26	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepti varškėčiai (9%)(tausojantis)	83	200	-	-	-	-
Trintos uogos (augalinis)	15a	20	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	10	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai)(augalinis)	10	100	-	-	-	-
Vanduo su citrina		200	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	26	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	25	100	-	-	-	-
Virtos bulvės (tausojantis)	1	100	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai)(augalinis)	10	100	-	-	-	-
Vaisiai		110	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

2 savaitė
Pirmadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	KRUOP-26C	200	11,51	5,07	49,19	284,38
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4A	25/5/20	1,85	5,47	13,91	109,31
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	13,36	10,54	63,1	393,69

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	SR-27	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos maltinis (tausojantis)	35	100	-	-	-	-
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	201	100	-	-	-	-
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	11	50	-	-	-	-
Švieži agurkai (augalinis)	43	50	-	-	-	-
Vaisiai		70	-	-	-	-
		Iš viso:	0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	SR-27	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Lietiniai blynai su varške 9% (keptas)	ABDB-70B	105/75	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	20	-	-	-	-
Trintos uogos (augalinis)	15a	20	-	-	-	-
Švieži agurkai (augalinis)	43	50	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai) (augalinis)	10	50	-	-	-	-
Vaisiai		170	-	-	-	-
		Iš viso:	0,00	0,00	0,00	0,00

2 savaitė
Antradienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-24D	200	9,02	4,12	47,24	250,5
Sviesto(82%) – grietinės (30%) padažas	PAD-3/PD-3	10	0,17	5,25	0,23	48,97
Kakava su pienu (2,5%) (be cukraus)	GĖR-8B	200	3,74	3,35	6,50	65,60
Iš viso:			12,93	12,72	53,97	365,07

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	2	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	8	100	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	100	-	-	-	-
Kopūstų salotos su kmynais (augalinis)	SL-18	100	-	-	-	-
Vaisiai		50	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	2	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	54	140/60	-	-	-	-
Sviesto 82% - grietinės (30%) padažas	3	30	-	-	-	-
Pekinių kopūstų ir porų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	25	100	-	-	-	-
Vaisiai		90	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	26,30	0,00	0,00

7.

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Židronė Dobrovolskienė



2 savaitė
Trečiadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30DD	200	7,73	7,99	30,62	225,53
Trintos uogos	PAD-1B/P-14A	10	0,14	0,08	2,36	9,28
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu	UŽK-5A	25/5/20	6,29	10,16	13,55	168,75
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,16	18,23	46,53	403,56

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	84	200	-	-	-	-
Trintos uogos (augalinis)	15a	20	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	20	-	-	-	-
Morkų lazdelės (augalinis)	SL-37	100	-	-	-	-
Vaisiai		170	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Troškinta vištiena su daržovėmis (tausojantis)	30	100/40	-	-	-	-
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5	100	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	5	50	-	-	-	-
Marinuotas agurkas (augalinis)	45	50	-	-	-	-
Vaisiai		30	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

2 savaitė
Ketvirtadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-23E	200	9,34	8,84	47,08	311,06
Trintos uogos	PAD-1B/P-14A	10	0,14	0,08	2,36	9,28
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,48	8,92	49,44	320,34

Pietūs 12.00 val. I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	SR-64A/S2	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) maltinis (tausojantis)	44	100	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	100	-	-	-	-
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir aliejumi (augalinis)	17	50	-	-	-	-
Švieži pomidorai (augalinis)	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		120	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	SR-64A/S2	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kaimiški blynai (miltiniai blynai su varške) (keptas)	76	200	-	-	-	-
Trintos uogos (augalinis)	15a	20	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	20	-	-	-	-
Morkų lazdelės (augalinis)	SL-37	100	-	-	-	-
Vanduo su citrina		200	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

2 savaitė
Penktadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	KRUOP-37II	200	7,38	5,65	32,99	208,92
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4A	25/5/20	1,85	5,47	13,91	109,31
Arbata su pienu (be cukraus)	GĖR-45B	200	0,58	0,50	0,94	10,61
Iš viso:			9,81	11,62	47,84	328,84

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	11	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Virti varškėčiai (9%)(tausojantis)	82	200	-	-	-	-
Sviesto 82% ir grietinės padažas	3	30	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	100	-	-	-	-
Vaisiai		150	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos plovos (tausojantis)	3	200	-	-	-	-
Švieži pomidorai (augalinis)	44	100	-	-	-	-
Vanduo su citrina		200	-	-	-	-
Vaisiai		80	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	481,20

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Žilė Jonė Dobrovolskienė

3 savaitė
Pirmadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	KRUOP-33	200	4,66	4,91	17,46	128,18
Trintos uogos	PAD-1B/P-14A	10	0,14	0,08	2,36	9,28
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu	UŽK-5A	25/5/20	6,29	10,16	13,55	168,75
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,09	15,15	33,37	306,21

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (šaldytos daržovės) (tausojantis)(augalinis)	SR-13	150	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	5				
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos kepinukai (tausojantis)	33	100	-	-	-	-
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5	100	-	-	-	-
Šviežių kopūstų, svogūnų ir morkų salotos su alicjumi (augalinis)	1	100	-	-	-	-
Vaisiai		160	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (šaldytos daržovės) (tausojantis)(augalinis)	SR-13	150	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	5				
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepti varškėčiai (9 %) (tausojantis)	83	200	-	-	-	-
Trintos uogos (augalinis)	15a	20	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	20	-	-	-	-
Morkų lazdelės (augalinis)	SL-37	100	-	-	-	-
Vaisiai		130	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

3 savaitė
Antradienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

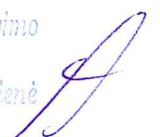
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	KIAUŠP-5C	150	14,33	18,3	8,16	255,28
Konservuoti žalieji žirneliai	SAL-59	50	4,9	0,2	15,8	64
Duona (ruginė)	UŽK-8D/D-1B	40	2,60	0,44	18,52	84,52
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			21,83	18,94	42,48	403,80

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	24	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos kotletas(tausojantis)	27	100	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	100	-	-	-	-
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	16	50	-	-	-	-
Šviežūs agurkai	43	20	-	-	-	-
Šviežūs pomidorai	44	20	-	-	-	-
Vaisiai		110	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	24	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	40	-	-	-	-
Kietagrūdžiai makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis) su grietinės padažu	15	180/20/30	-	-	-	-
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	16	100	-	-	-	-
Šviežūs pomidorai (augalinis)	44	50	-	-	-	-
Vaisiai arba geriamas trintų vaisių ir daržovių kokteilis (augalinis)	GĖR-28A	270/200	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00



3 savaitė
Trečiadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-39C	200	6,58	7,51	32,56	224,21
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4A	25/5/20	1,85	5,47	13,91	109,31
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,43	12,98	46,47	333,52

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (tausojantis)(augalinis)	3	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) spygliukai (tausojantis)	87	200	-	-	-	-
Sviesto 82% ir grietinės 30% padažas	3	30	-	-	-	-
Morkų lazdelės (augalinis)	SL-37	100	-	-	-	-
Vaisiai		180	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (tausojantis)(augalinis)	3	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos guliašas (troškinta paukštiena) (tausojantis)	1	160	-	-	-	-
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	7	100	-	-	-	-
Morkų salotos su česnakais ir alicjaus padažu(augalinis)	11	100	-	-	-	-
Vaisiai		70	-	-	-	-
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

13.

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Jūratė Dabulskienė



3 savaitė
Ketvirtadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	KRUOP-26A	150	6,91	3,04	29,52	170,63
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu	UŽK-5A	25/5/20	6,29	10,16	13,55	168,75
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,2	13,2	43,07	339,38

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	14	150	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) kepinukai (tausojantis)	42	100	-	-	-	-
Bulvių košė(tausojantis)	4	100	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai)(augalinis)	10	100	-	-	-	-
Vaisiai		60				
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	14	150	-	-	-	-
Grietinė 30%	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Daržovių troškiny su dešrelėmis (a.r.)(tausojantis)	61	100/100	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai)(augalinis)	10	100				
Vaisiai		150				
Iš viso:			0,00	0,00	0,00	0,00

3 savaitė
Penktadienis
11-14 metų vaikai

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30DD	200	7,73	7,99	30,62	225,53
Trintos uogos	PAD-1B/P-14A	10	0,14	0,08	2,36	9,28
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu	UŽK-5A	25/5/20	6,29	10,16	13,55	168,75
Arbata (be cukraus)	GĖR-2AA	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,16	18,23	46,53	403,56

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šparaginių pupelių sriuba(tausojantis)(augalinis)	SR-55AA/SR1	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	40	-	-	-	-
Lietiniai blynai su varške 9%	ABDB-70B	105/75	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	20	-	-	-	-
Trintos uogos (augalinis)	15a	20	-	-	-	-
Morkų lazdelės (augalinis)	SL-37	100	-	-	-	-
Vaisiai		170				
Iš viso:						

II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šparaginių pupelių sriuba(tausojantis)(augalinis)	SR-55AA/SR1	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos kepsnys(tausojantis)	8	100	-	-	-	-
Biri perlinių kruopų košė(augalinis)	6	100	-	-	-	-
Kopūstų salotos su kmynais(augalinis)	SL-18	50	-	-	-	-
Švieži agurkai(augalinis)	43	50	-	-	-	-
Vaisiai		180				
Iš viso:						