

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

**(Valgiaraščio formos pavyzdys)**

Lopšelis- darželis“Žvaigždutė“

adresu: Moksleivių alėja.7 , Tauragė

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

**15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

1-3m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 8:00 iki 17:00 val.

2023m.

1 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Pieniška avižinių dribsnių košė su obuoliais, sviestu ( <i>avižiniai dribsniai, pienas 2,5%, sviestas 82%</i> ) (T.)	3-PUSR1T	100,00	175,49
Ryžių traputis su trinta uogiene (A.)	3-PUSRSUM1T	10/10	49,92
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAISI	70,00	36,40
Iš viso:			261,81

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Skaldytųjų žirnių sriuba su šakninėmis daržovėmis (A., T.)	3- SR1AT	100,00	70,37
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Troškinta kiauliena su virtais ryžiais, keptais svogūnais ir morkomis (tausojantis)	3-AN1	110,00	212,45
Salotos su pekiniais kopūstais, ridikėliais, šviežiais agurkais ir aliejumi (augalinis)	3-SAL1A	50,00	42,52
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			368,38

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Virti varškėčiai praturtinti avižų sėlenomis su grietinės ir sviesto padažu ( <i>varškė 9%, viso grūdo kvietiniai miltai, kiaušiniai, avižų sėlenos, sviestas 82%, jogurtinė grietinė (15%)</i> ) (tausojantis)	3-VAK1T	100/20	278,19
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Iš viso:			278,19
Iš viso(dienos davinio):			908,38

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu*.  
\*Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniskumą.



Direktorė  
VILDA PRILAITIENĖ



Direktorius  
Zigmās Mozuraitis

1 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviesto gabalėliu ( <i>kvietinės kruopos, pienas 2,5%, sviestas 82%</i> ) (tausojantis)	3-PUSR2T	100,00	169,48
Viso grūdo duona su sviestu ir tepamu varškės sūreliu ( <i>varškė 9%, sviestas 82%</i> )	3-PUSRSUM2	42,46	93,05
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	70,00	39,20
Iš viso:			250,20

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (A., T.)	3-SR2AT	100,00	52,52
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	SUM1	20,00	43,04
Kepta vištienos file konvekciniėje krosnyje ( <i>kiaušiniai</i> , traškūs kukurūzų dribsniai) (tausojantis)	3-AN2	60,00	131,30
Virtos birios grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	3-GARAT1	50,00	82,00
Kopūstų-pomidorų, porų, kukurūzų salotos (augalinis)	3-SAL2A	60,00	57,60
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			366,46

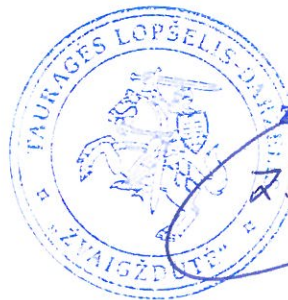
Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Kefyriniai sklindžiai su aguonomis ( <i>kvietiniai miltai, kiaušiniai, kefyras 2,5%</i> ) (tausojantis)	3-VAK2T	80,00	211,77
Jogurtinė grietinė (15%) su trinta uogiene	3-VAK/PAD2	10/10	30,52
Pienas (2,5%)	3-PIE1	100,00	56,00
Iš viso:			298,30
Iš viso (dienos davinio):			914,96

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu*.  
\* Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktorė  
VILIA PREIKŠAITIENĖ



Direktorius  
Zigmantas Mozuraitis

1 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Pieniška trijų grūdų dribsnių košė su trinta uogiene( <i>pienas 2,5%, sviestas 82%</i> ) (tausojantis)	3-PUSR3T	100/10	128,93
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir virtu kiaulienos kumpiu( <i>ruginiai miltai, sviestas 82%</i> )	3-PUSRSUM3	20/4/20	75,54
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	70,00	39,90
Iš viso:			274,78

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Pupelių-perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	3-SR3AT	100,00	79,01
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Apkeptas ir troškintas žuvis kepsnys ( <i>jūros lydeka b.o., kiaušiniai, miltai kukurūzų</i> ) (tausojantis)	3-AN3	55/5	118,70
Birios sorų kruopos(augalinis, tausojantis)	3- GARAT3	50,00	71,34
Salotos su brokoliais, šviežiais agurkais saulėgrąžomis, linų sėmenimis (augalinis)	3- SAL3A	60,00	79,67
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			381,11

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Virti <i>pilno grūdo makaronai</i> su šparaginėmis pupelėmis, žaliais žirneliais, morkomis, svogūnais, priekoninėmis žolelėmis (augalinis, tausojantis)	3-VAK3AT	120,00	221,63
<i>Pienas (2,5%)</i>	3-PIE1	120,00	67,20
Iš viso:			288,83
Iš viso(dienos davinio):			914,31

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu*.

\*Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktorė *[Signature]*  
VILIA PREKŠAITYTĖ



Direktorius  
Zigmas Mozuraitis

1 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Vanilinis kukurūzų pudingas ( <i>pienas 2.5%</i> ) (tausojantis)	3-PUSR4T	150.00	164.31
Viso grūdo sumuštinis su kiaušiniai ( <i>sviestas 82%, ruginiai miltai</i> )	3-PUSRSUM4	40.48	88.71
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0.00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	VAII	80,00	41,60
<b>Iš viso:</b>			<b>294,62</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	3-SR4AT	100,00	43,22
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,22
Varškės ir manų apkepas ( <i>varškė 9%, manų kruopos, kiaušiniai, pienas 2,5%, jogur. grietinė 15%, sviestas 82%</i> )(tausojantis)	3-AN4	100,00	211,75
Jogurtinė grietinė ( <i>15%</i> ) su trintomis uogomis	3-ANPAD4	20,00	26,98
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais, porais, smulkintomis saulėgražomis, alyvuogių aliejumi (augalinis)	3-SAL4A	60,00	54,76
Vanduo stalo		150,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>379,75</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Perlinių kruopų troškiny su kalakutiena ir šparaginėmis pupelėmis (tausojantis)	3-VAK4T	150,00	262,59
Agurkai šviežūs, pjaustyti	3-SAL16A	20,00	2,20
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>264,79</b>
<b>Iš viso(dienos davinio):</b>			<b>939,16</b>

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu*.

\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktorė  
VILIA PREKŠAITIENĖ



I savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Pieniška manų kruopų košė su sviestu cinamonu ( <i>manų kruopos, pienas 2,5%, sviestas 82%</i> ) (tausojantis)	3-PUSR5T	150,00	153,95
Viso grūdo ruginė duona su varškėsūreliu ( <i>ruginiai miltai, varškė 9%</i> )	3-PUSRSUM5	20/4/15	71,90
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	80,00	41,60
Iš viso:			267,46

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Kreminė daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	3-SR5AT	100,00	41,09
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	41,09
Apkeptas ir garintas garais paukštienos maltinis su <i>sezamo sėklomis(kiaušiniai, kukurūzų miltai)</i> (tausojantis)	3-AN5	60,00	107,97
Virti <i>miežiniai perliukai</i> (augalinis, tausojantis)	3-GARAT4	70,00	126,92
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis (augalinis)	3-SAL5A	65,00	84,30
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			399,24

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Kepti avinžirnių ir morkų paplotėliai (konvekciniėje kr.) (augalinis, tausojantis)	3-VAK5AT	100,00	213,40
<i>Kefyras 2,5%</i>	3-PIE2	120,00	72,00
Iš viso:			285,40
Iš viso(dienos davinio):			952,10

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.*

\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktorė *[Signature]*  
VILK. PRENSKAITIENE

Direktorius  
Zilmas Mozuraitis  
*[Signature]*

2 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Energinė vertė, kcal
Pieniška trijų grūdų dribsnių košė su cinamonu ( <i>pienas 2,5%, sviestas 82%</i> )(tausojantis)	3-PUSR6	150,00	206,11
Viso grūdo duona su tepamu varškės sūreliu ( <i>ruginiai miltai, varškė, jogurtas 2,5%</i> )	3-PUSRSUM6	40,00	76,23
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	50,00	22,50
<b>Iš viso:</b>			<b>304,84</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Energinė vertė, kcal
Tiršta daržovių sriuba su <i>pilno grūdo makaronais</i> (augalinis, tausojantis)	3-SR6AT	100,00	48,47
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Kiaulienos mėsos troškiny su žaliais žirneliais, morkomis, svogūnais (miltai kukurūzų, <i>grietinė 15%</i> )(tausojantis)	3-AN6	90,00	154,70
Virtos birios grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	3-GARAT1	70,00	112,13
Šviežių agurkų ir morkų lazdelės su česnakais apšlakstytos nerafinuoto alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	3-SAL6A	75,00	34,77
Vanduo stalo		150,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>393,10</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Energinė vertė, kcal
Omletas su brokoliais, sūriu ir špinatais, keptas konvekciniėje krosnyje ( <i>kiaušiniai, pienas 2,5%, fermentinis sūris 40%</i> )(tausojantis)	3-VAK6T	100,00	180,26
Kukurūzų traputis	3-SUM2	20,00	70,40
Šviežių kopūstų salotos su kukurūzais (augalinis)	VAI1	30,00	29,82
Nesaldinta kmynų arbata	3-GĖR1	150,00	3,13
<b>Iš viso:</b>			<b>283,62</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>981,56</b>

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu*.  
\* Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniskumą.



Direktore *[Signature]*  
VILARTINA



Direktorius  
Zigmas Mozuraitis

2 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Pieniška sorų kruopų košė su kriaušėmis ir cinamonu ( <i>pienas 2,5%, sviestas 82%</i> ) (tausojantis)	3-PUSR7T	120,00	155,98
Viso grūdo sumuštinis su kiaušiniiais ( <i>ruginiai miltai, sviestas 82%, kiaušiniai</i> )	3-PUSRSUM7	15/2,5/12,5	70,51
Nesaldinta kmyņu arbata	3-GER2	150,00	3,33
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	70,00	67,90
Iš viso:			297,71

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Daržovių sriuba su ryžiais (augalinis, tausojantis)	3-SR7AT	100,00	75,76
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	15,00	32,28
Virtų bulvių cepelinai su <i>varške 9%, jogurtinės grietinės 15%-sviesto 82% padažu</i> (tausojantis)	3-AN7T	100\30\15	242,77
Kopūstų- pomidorų, porų, kukurūzų salotos (augalinis)	3-SAL7A	70,00	71,22
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			422,03

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Kaulienos - grikių troškiny su daržovėmis (tausojantis)	3-VAK7-1T	130,00	264,91
Agurkai šviežūs, pjaustyti	3-SAL16A	20,00	2,20
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Iš viso:			267,11
Iš viso(dienos davinio):			986,66

\* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu*.  
\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktorė  
VILIA PREIKŠAITYTĖ



Direktorius  
Zigmantas Mozuraitis



2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Keturių grūdų dribsnių košė (avižiniai, miežiniai po -30%, ruginiai-15%, sorų dribsniai-25%) (augal., tausoį.)	3-PUSR8AT	150,00	172,20
Viso grūdo ruginė duona su avinžirnių užtepėle ( <i>ruginiai miltai</i> ) (augalinis)	3-PUSRSUM8	35,00	89,37
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	60,00	34,20
Iš viso:			295,77

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Raugintų agurkų su <i>perlinėmis kruopomis</i> sriuba (A, T.)	3-SR8AT	100,00	55,91
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Kalakutienos mėsos troškiny su morkomis, svogūnais, natūraliu pomidorų padažu ( <i>jogurtinė grietinė 15%</i> ) (tausoįantis)	3- AN8	85,00	140,15
Garuose brinkintos <i>kuskuso kruopos</i> (augalinis, tausoįantis)	3- GARAT6	60,00	103,77
Salierų, pekininių kopūstų, morkų, agurkų, obuolių, porų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	3- SAL8A	60,00	56,68
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			399,55

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Kukurūzinis varškės pudingas su uogomis (varškė 9%, kiaušiniai, sviestas 82%, grietinė 15%,) (tausoįantis)	3-VAK8T	80,00	185,34
Braškėnis <i>kefyro kokteilis</i>	3-PIE3	100,00	77,34
Iš viso:			262,68
Iš viso (dienos davinio):			958,00

\* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu*.  
\*Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktorė *[Signature]*  
VILIA PRUŠKAITIENĖ



2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
<i>Pieniška miežinių kruopų košė su sėlenėlėmis ir sviestu 82%</i> (tausojantis)	3-PUSR9T	150,00	194,86
Viso grūdo duona su lęšių užtepėle ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-PUSR/SUM9	10/10	74,06
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	60,00	27,00
Iš viso:			295,92

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Tiršta pupelių sriuba <i>su perlinėmis kruopomis</i> (augalinis, tausojantis)	3-SR9AT	100,00	72,86
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Troškinti žuvies file kepsneliai sūrio padaže ( <i>kiaušiniai, manų kr., lydytas sūris (50 %)</i> )(tausojantis)	3- AN9T	60/11	127,38
Biri nepoliruotų ryžių kruopų košė su ciberžole (augalinis, tausojantis)	3-GARAT7	60,00	83,02
Morkų salotos su žaliaisiais žirneliais, porais (augalinis)	3- SAL9A	70,00	76,62
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			402,92

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Virti miltinukai su sviesto- jogurtinės grietinės padažu ( <i>pilno grūdo ir a.r.miltai, kiaušiniai, sviestas 82%, jog. grietinė 15%</i> )	3-VAK7T	100/15	229,91
<i>Pienas 2,5%</i>	3-PIE1	100,00	56,00
Iš viso:			285,91
Iš viso(dienos davinio):			984,75

\* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu*.  
\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniskumą.



Direktorė  
VILIA PREKŠAITIENĖ



2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Saldus ryžių pudingas ( <i>pienas 2.5%, sviestas 82%</i> ) (tausojantis)	3-PUSRI0	100.00	129.15
Viso grūdo ruginė duona su <i>sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 40%</i>	3-PUSRSUM10	20/2.65/10	108,15
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	70.00	26,60
Iš viso:			263,90

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Kreminė šviežių morkų sriuba (augalinis, tausojantis)	3- SR10AT	100,00	79,62
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Garuose virti vištienos kukuliai ( <i>kiaušiniai, varškė 9%, pienas 2,5%</i> ) (tausojantis)	3- AN10	60.00	119.27
Virtos bulvės su žaluma (augalinis, tausojantis)	3- GARAT7/1	80.00	65,45
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis (augalinis)	3- SAL10A	70.00	90,34
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			390,91

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Tradiciniai virti varškėčiai praturtinti selenėlėmis ( <i>varškė 9%, miltai kvietiniai, kiaušiniai, kviečių selenėlės</i> ) (tausojantis)	3-VAK10T	80,00	172,52
Jogurtinės grietinės ( <i>15%</i> )-sviesto <i>82%</i> padažas	3-VAK10T	20,00	22,66
<i>Pienas 2,5%</i>	3-PIE1	100,00	56,00
Iš viso:			251,18
Iš viso(dienos davinio):			905,99

\* Alergiją ir netoliaravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.*

\*Salotos, vaisiai gali keistis pagal sezonškumą.



Dirktore *[Signature]*  
VILARTINA



Dirktorius  
Zigmas Mozuraitis

3 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sezoniniais vaisiais ( <i>pienas 2.5 %</i> ) (tausojantis)	3-PUSR11	150,00	212,70
Viso grūdo duona su tepamu varškės sūreliu ( <i>ruginiai miltai, varškė 9 % , jogurtas 9 %</i> )	3-PUSRSUM11	15/17	61,68
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	50,00	26,00
<b>Iš viso:</b>			<b>300,38</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Tiršta lęšių sriuba (augalinis, tausojantis)	3-SR11AT	100,00	78,65
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	15,00	32,28
Kiaulienos troškiny su šparaginėmis pupelėmis, morkomis, svogūnais, natūraliu pomidorų- <i>grietinės padažu (grietinė 15%, kvietiniai miltai)</i> (tausojantis)	3- AN14	50/40	139,51
Garintos birios sorų kruopos (augalinis, tausojantis)	3-GAR2	50,00	82,17
Šviežių kopūstų salotos su kons. kukurūzais (augalinis)	3- SA14A	65,00	65,26
Vanduo stalo		150,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>397,86</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Blynėliai su obuoliais, praturtinti kviečių sėlenomis ( <i>viso grūdo miltai, kviečių sėlenos, kiaušiniai, pienas 2,5%</i> ) (tausojantis)	3-VAK11T	100,00	226,78
Nesaldintas <i>jogurtas 2,5%</i> su trintų uogų tyrė	3-VAKPAD11T	15,00	16,89
<i>Pienas 2,5%</i>	3-PIE1	100,00	56,00
<b>Iš viso:</b>			<b>299,67</b>
<b>Iš viso(dienos davinio):</b>			<b>997,91</b>

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.*  
\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktore  
*[Signature]*  
 VILARTINA

Direktorius  
 Zigmantas Mozuraitis  
*[Signature]*

3 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Pieniška perlinių kruopų košė ( <i>pienas 2,5%, perlinės kr., sviestas 82%, kviečių sėlenos</i> ) (tausojantis)	3-PUSR12	150,00	189,19
<i>Pienas 2,5%</i>	3-PIE1	100,00	56,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	70,00	36,40
<b>Iš viso:</b>			<b>281,59</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Pupelių, ryžių ir daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	3-SR12AT	100,00	63,97
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Kepta riebios žuvies file su daržovėmis ( laiša) ( <i>majonezas, viso grūdo kvietiniai miltai</i> ) (tausojantis)	3- AN12-1	70(45/25)	174,44
Virti makaronai (augalinis, tausojantis)	3- GARAT8	50,00	80,70
Salotos su ridikėliais ir šviežiais agurkais, traiškytomis sėmenimis (augalinis)	3- SA12A	65,00	34,56
Vanduo stalo		150,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>396,70</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Konvekciniėje krosnyje kepti brinkintų grikių ir cukinijų kotletukai (augalinis,tausojantis)	3-VAK12AT	100,00	190,90
Zalumynų padažas(augalinis)	3- VAK/PAD12AT	14,00	64,69
Nesaldinta arbatžolių arbata	3-GER1	150,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>255,59</b>
<b>Iš viso(dienos davinio):</b>			<b>933,88</b>

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.*

\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą



Direktorė  
VILJA PREIKŠAITIENĖ

Direktorius  
Zigmās Mozuraitis



3 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Viso grūdo <i>avižinių dribsnių</i> košė su obuoliais ,cinamonu ir alyvuogių aliejumi (augalinis,tausojantis)	3-PUSR13	150,00	231,57
<i>Varškė 9%</i> su trinta uogiene	SUM10	15/5	26,05
Nesaldinta arbata	GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	70,00	39,90
Iš viso:			297,52

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Pomidorinė sriuba (augalinis, tausojantis)	3- SR13AT	100,00	74,35
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Traškos vištienos blauzdelės ( <i>kiaušiniai</i> )(tausojantis)	3- AN13	50,00	160,09
Apkeptos bulvės su džiovintais krapais (augalinis, tausojantis)	3- GARAT9	70,00	62,87
Virtų burokėlių salotos su žaliais žirneliais, agurkais (augalinis)	3- SA11A	60,00	73,46
Vanduo stalo		150,00	0,00
Iš viso:			413,80

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė, kcal
Kepti varškėčiai praturtinti avižų sėlenėlėmis , aguonomis ( <i>varškė 9% , manų kruopos, viso grūdo miltai, kiaušiniai</i> )(tausojantis)	3-SR10-1	80,00	243,95
<i>Jogurtinė grietinė(15%)</i> su trintomis uoguomis	3-SUM11	17,00	37,25
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Iš viso:			281,20
Iš viso(dienos davinio):			992,53

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *parodyskinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.*

\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktore *[Signature]*  
VILARTINA



Direktorius  
Zilmas Mozuraitis

3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Pieniška ryžių kruopų košė su vaisiais ir cinamonu , <i>sviestas</i> 82%(Tausojantis) (tausojantis)	3-PUSR/KOŠ14	150,00	183,79
Viso grūdo sumuštinis su <i>kiaušiniais (ruginiai miltai, sviestas (82%))</i>	3-PUSRSUM14	20/2.64/13.84	84.41
Nesaldinta arbata	3-GER1	150,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAI1	70,00	31,50
<b>Iš viso:</b>			<b>299,70</b>

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Tiršta barštukų sriuba su pupelėmis, svogūnais, morkomis (augalinis, tausojantis)	3-SR14AT	100,00	62,94
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Kiaulienos maltiniai, praturtinti kviečių sėlenomis, paprika( <i>kiaušiniai, kviečių sėlenos, kukurūzų miltai</i> ) (tausojantis)	3- AN11	60,00	107.27
Virtos birios grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	3-GAR10	50,00	82,00
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais ir aliejumi (augalinis)	3- SA13A	70,00	64.94
Vanduo stalo		150,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>392,92</b>

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Virti varškės bulviniai kukulaičiai ( <i>varške 9%, kiaušiniai, sviestas 82%, jog.grietinė 15%</i> ) (tausojantis)	3-VAK/PAD14-1T	120,00	193,94
<i>Jogurtinės grietinės (15%)-sviesto 82% padažas</i>	3-VAK/PAD13T	20,00	22,66
<i>Kefyras 2,5%</i>	3- PIE1	100,00	60,00
<b>Iš viso:</b>			<b>276,60</b>
<b>Iš viso(dienos davinio):</b>			<b>968,90</b>

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.*

\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą



  
 Direktore  
 VILIA PREKŠAITEVIČIENE



3 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
<i>Pieniška miežinių kruopų</i> košė praturtina <i>kviečių sėlenomis, sviestu</i> 82% (Tausojantis) (tausojantis)(pienas 2.5%)	3-PUSR/KOŠ15	120,00	158,40
Uogų <i>-kefyro</i> kokteilis	3-PUSR/PIE15	80,00	64,60
Sezoniniai vaisiai (pjaustyti) (augalinis)	3-VAIS1	80,00	45,60
<b>Iš viso:</b>			268,60

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Avinžirnių ir <i>miežinių kruopų</i> sriuba (augalinis, tausojantis)	3-SR15AT	100,00	70,30
Viso grūdo ruginė duona ( <i>ruginiai miltai</i> )	3-SUM1	20,00	43,04
Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių mėsa (be odos)su grietine (15%) ( <i>pienas 2,5%, grietine 15%</i> ) (tausojantis)	3- AN15T	130/15	235,12
Raugintų kopūstų salotos (pagal sezoniškumą) (augalinis, tausojantis)	3- SA15A	75,00	45,15
Vanduo stalo		150,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			393,60

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė, kcal
Virti makaronai su daržovių ir dešrelių padažu (tausoj.) (tausojantis)	3-VAK/PAD15T	75/50	216,00
Agurkai šviežūs, pjaustyti (augalinis, tausojantis)	3-SAL16A	20,00	2,20
<i>Pienas 2,5%</i>	3-PIE1	100,00	56,00
<b>Iš viso:</b>			274,20
<b>Iš viso(dienos davinio):</b>			936,40

\* Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai yra *paryškinti tamsesniu pasvirusiu šriftu.*  
\*Salotos , vaisiai gali keistis pagal sezoniškumą.



Direktorė  
Irena PREKŠAITIENĖ

Direktorius  
Zigmantas Mozuraitis