

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo  
8 priedas

# Vilniaus Žygimanto Augusto progimnazija Vilnius Šeškinės g. 25

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

\_\_\_ **15** \_\_\_ **DIENŲ VALGIARAŠTIS**

6-10 metų \_\_\_

(nurodyti dienų skaičių)

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7,30 iki 15,30val.

Direktorė  
Dalia Paunksnė *D. Paunksnė*

UAB Sveikos mitybos partneris

Technologė  
Olga Kostygova *O. Kostygova*



6-10 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Pirmadienis
---------------------------	-----------	-------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/30T 3	250	7,03	4,01	46,44	249,93
Varškė (9 %) su graikišku jogurtu (2%) ir uogomis	15-1/1 2	60(48/6/6)	8,27	4,46	2,40	82,87
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			15,70	8,87	61,84	390,00

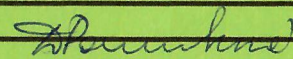
**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Daržovių ir pilno grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT 1	150	3,73	5,1	20,73	143,79
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Ryžių plovai su vištiena (tausojantis)	SMP 405	75/75	22,93	19,49	21,3	302,63
II-Krosnyje kepti lietiniai blynėliai su varške (tausojantis)	SMP 10-5/111T	120/80	7,36	5,97	49,57	276,70
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 2	90	0,92	4,74	4,79	65,49
Sezoninės daržovės (rauginti agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (Viso 2 rūšys)	18/25 3	70	0,28	0,28	9,1	40,04
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	SMP 30/1 1	200	0	0	1,00	4,00
<b>Iš viso: I variantas</b>			29,47	31,43	65,62	570,65
<b>Iš viso: II variantas</b>			14,68	26,91	94,73	675,96

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Omletas su suriu (tausojantis)	8-3/60T 3	110	6,15	5,85	0,35	78,65
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2,22	0,48	12,84	64,56
Sviestas (82%)	18/8 1*2	8	5,8	4,2	21,2	59,96
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 2	60	0,48	0,12	1,38	8,52
Konservuoti žalieji žirneliai		60	3,9	0,18	12,6	67,5
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 4	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			18,55	10,83	48,37	279,19
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			63,72	51,13	175,83	1239,84
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			48,93	46,61	204,94	1345,15

Direktore  
**Dalia Paunksnė**





<b>6-10 metų amžiaus vaikams</b>	<b>I savaitė</b>	<b>Antradienis</b>
----------------------------------	------------------	--------------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Mielinė bandelė su cinamonu (tausojantis)		60	5,04	7,80	33,00	227,4
Saldintas jogurtas	18/7 1	100	2,9	2,1	10,6	87
Sezoniniai vaisiai	18/20 3	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,26</b>	<b>10,22</b>	<b>54,00</b>	<b>360,16</b>

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1,43	3,14	10,68	76,72
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	11-8/162T 2	90	17,01	7,44	5,26	156,04
II- Cukinija įdaryta daržovėmis, ryžiais ir sūriu (tausojantis)	SMP 4-8/200 1	180	11,203	11,48	22,5	241,16
Morkų, svogūnų, česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 2	50	0,627	3,585	4,651	53,377
Trintos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-8/163AT 3	100	2,353	5,226	21,344	141,822
Gūžinių kopūstų salotos su porais, morkomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/2A 2	100	1,17	3,25	7,62	64,37
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0,24	0,24	7,8	34,32
Stalo vanduo paskanintas agurkais	SMP 30/1 1	200	0	0	0,2	2
<b>Iš viso: I variantas</b>			<b>23,813</b>	<b>21,116</b>	<b>61,604</b>	<b>533,012</b>
<b>Iš viso: II variantas</b>			<b>16,28</b>	<b>23,52</b>	<b>62,15</b>	<b>529,69</b>

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Sklindžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis)	6-8/161T 3	130	9,697	4,34	33,423	211,533
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldintas jogurtas (2.5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 8	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			<b>11,377</b>	<b>5,209</b>	<b>37,683</b>	<b>243,123</b>
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			<b>43,45</b>	<b>36,545</b>	<b>153,287</b>	<b>1136,295</b>
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			<b>35,917</b>	<b>38,944</b>	<b>153,834</b>	<b>1132,97</b>

Direktorė  
**Dalia Paunksnė**



6-10 metų amžiaus vaikams		I savaitė		Trečiadienis		
Pusryčiai						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Manų košė (tausojantis)	3-3/32T 4	220	7,342	4,878	40,678	235,98
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 2	120(90/30)	3,11	0,39	8,97	51,87
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2 10	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			11,122	5,788	65,558	358,85

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Raudonųjų lęšių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/42AT 1	150	11,27	3,73	32,82	209,95
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	10-5/101T 4	150 (75/75)	17,2	7,62	18,49	211,27
II- Daržovių kepsneliai (tausojantis)	4-8/162T 4	150	9,267	11,902	21,009	228,221
Biri grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T 5	110	6,54	4,28	35,60	207,02
Tarkuotos šviežios morkos su citrinos sultimis	2-1/25A 1	90	1,073	0,909	14,246	69,459
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Stalo vanduo paskanintas avietais	SMP 30/1 1	200	0,2	0	1,2	6,00
<b>Iš viso: I variantas</b>			31,713	14,439	87,156	605,899
<b>Iš viso: II variantas</b>			22,707	17,812	75,429	553,391

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Orkaitėje kepti varškėčiai (9%) su kukurūzų kruopomis (tausojantis)	7-8/160T 2	110	21,875	14,673	19,956	299,385
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 3	20	0,38	6,00	0,62	58,4
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			22,525	20,793	23,486	371,585
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			65,36	41,02	176,2	1336,334
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			56,354	44,393	164,473	1283,826

Direktorė

Dalia Paunksnė

*Dalia Paunksnė*



6-10 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Ketvirtadienis
---------------------------	-----------	----------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su cinamonu (tausojantis)	3-3/55AT 3	180	7,47	6,31	36,88	234,23
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	16-1/1 1	/25/5/20	4,15	4,67	6,98	86,53
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			12,02	11,38	56,86	377,96

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Grietinė 30% rieš.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Švediški jautienos kukuliai (tausojantis)	12-7/141T 3	100	20,26	13,26	3,5	214,3
II-Pilno grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T 3	90/60	7,679	8,04	31,677	233,035
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	SMP 287-1	100	3,31	0,42	32,15	145,67
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A 1	70	1,32	4,99	6,18	74,92
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 3	70	0,28	0,28	9,1	40,04
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis	SMP 30/1 1	200	0	0	1,4	6
<b>Iš viso: I variantas</b>			31,67	24,95	80,7	674,54
<b>Iš viso: II variantas</b>			15,779	19,31	76,727	547,605

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Bulvių plokštainis (tausojantis)	4-8/170 3	120	15,533	8,717	9,998	180,576
Grietinė 30% rieš.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			16,313	17,717	10,838	268,776
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			60,003	54,047	148,398	1321,276
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			44,112	48,407	144,425	1194,341

Direktorė  
Dalia Paunksnė

*Paunksnė*

Technologė  
Olga Kostygova



6-10 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Penktadienis
---------------------------	-----------	--------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/34AT 4	250	7,063	4,738	36,313	216,138
Pienas (2,5%)	18/3 4	120	4,08	3	5,88	66,84
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,543</b>	<b>8,138</b>	<b>55,193</b>	<b>340,178</b>

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT 1	150	1,91	4,75	11,38	95,88
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Keptas su garais (menkė, lydeka) žuvies garinukas su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/144T 4	110	20,52	0,37	0,02	85,49
II- Kapotos vištienos paplotėlis (tausojantis)	10-5/112T 3	100	18,76	8,36	20,55	232,51
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 2	110	3,29	2,8	25,19	139,12
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	110	1,41	10,72	6,17	126,75
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	18/22 3	70	0,56	0,14	1,61	9,94
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	SMP 30/1 1	200	0,40	0,00	1,40	8,00
<b>Iš viso: I variantas</b>			<b>29,691</b>	<b>20,6</b>	<b>54,468</b>	<b>522,92</b>
<b>Iš viso: II variantas</b>			<b>22,606</b>	<b>25,326</b>	<b>39,641</b>	<b>626,90</b>

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Pilno grūdo makaronai su sūriu (tausojantis)	SMP 7-8/ 200 2	150/15	17,19	20,48	24,44	353,87
Traškios morkytės	18/21 1	80	0,38	6,00	0,62	58,4
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 20	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			<b>17,57</b>	<b>26,48</b>	<b>25,06</b>	<b>412,27</b>
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			<b>58,804</b>	<b>55,218</b>	<b>134,721</b>	<b>1275,368</b>
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			<b>51,719</b>	<b>59,944</b>	<b>119,894</b>	<b>1379,35</b>

Direktorė  
Dalia Paunksnė *Dalia Paunksnė*

Technologė  
Olga Kostygova *Olga Kostygova*



<b>6-10 metų amžiaus vaikams</b>	<b>II savaitė</b>	<b>Pirmadienis</b>
----------------------------------	-------------------	--------------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/42AT 2	200	5,46	3,2	29,42	168,34
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	8,274	4,464	2,4	82,872
Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0,52	0,52	16,9	74,36
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			14,254	8,184	48,72	325,572

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Kreminė daržovių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SMP 1-3/001AT	150	1,04	8,46	5,95	106,98
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Garuose keptos kalakutienos juostelės (tausojantis)	10-7/141T 2	80	19,71	4,73	4,56	139,66
II-Lietiniai blynai su obuoliais (tausojantis)	6-5/101T 3	120/80	7,679	8,04	31,677	233,035
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Pilno grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT 1/1	100	4,622	1,983	24,556	134,565
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A 2	90	0,798	6,397	5,579	83,084
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	SMP 30/1 1	200	0	0	1,4	6
<b>Iš viso: I variantas</b>			27,97	22,21	61,005	559,089
<b>Iš viso: II variantas</b>			11,317	23,537	63,566	517,899

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Varškės apkepas (9%) (tausojantis)	7-8/169T 3	140	17,502	11,987	29,142	294,456
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 4	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			18,552	21,107	32,892	396,456
<b>Iš viso: I (dienos davinio):</b>			60,776	51,501	142,617	1281,117
<b>Iš viso: II (dienos davinio):</b>			44,123	52,828	145,178	1239,927

Direktoriė  
**Dalia Paunksnė** *Mauricijus*

Technologė  
**Olga Kostygova**



6-10 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Antradienis
---------------------------	------------	-------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Omletas (tausojantis)	8-8/162T 3	130	14,809	14,699	13,106	243,947
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Traškios morkytės	18/21 1	80	0,8	0,16	6,96	32,48
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			17,489	15,579	41,626	376,667

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4,33	1,86	18,6	108,43
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Netikras kiaulienos zuikis (tausojantis)	11-5/102T 2	90	15,961	9,231	4,24	163,884
II- Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai su sūriu (tausojantis)	4-8/160T 4	170	20,713	13,485	42,016	372,282
Nesaldintas jogurtas (2.5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Miežinė košė (tausojantis)	4-3/64T 4	110	1,90	3,27	17,14	105,62
Tarkuotos šviežios morkos su citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 1	90	1,073	0,99	14,246	69,459
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	SMP 30/1 1	200	0	0	1,8	8
<b>Iš viso: I variantas</b>			26,644	18,281	77,776	582,403
<b>Iš viso: II variantas</b>			28,063	17,915	72,466	564,242

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Mieliniai blynai (tausojantis)	15-1/9 6	180	5,97	3,01	30,03	171,08
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	4,417	2,46	25,913	143,457
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 8	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			10,387	5,47	55,943	314,537
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			54,52	39,33	175,345	1273,607
<b>Iš viso: II (dienos davinio):</b>			55,939	38,964	170,035	1255,446

Direktorė  
**Dalia Paunksnė** *(signature)*

Technologė  
**Olga Kostygova**



6-10 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Trečiadienis
---------------------------	------------	--------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/36AT 2	200	5,069	4,342	54,835	278,693
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,6	68,64
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>5,819</b>	<b>4,942</b>	<b>73,345</b>	<b>361,133</b>

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT 1	150	3,838	3,289	14,849	104,344
Grietinė 30% rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)	10-5/113T 2	75/5	18,63	5,57	1,99	132,59
II- Žiedinių kopūstų ir ryžių troškiny su grietinele (10%)	4-5/107T 5	150	4,74	2,678	37,328	192,368
Biri grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T 2	75	4,457	2,916	24,27	141,153
Virtų burokėlių salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 2	90	0,88	8,79	9,07	118,91
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Stalo vanduo paskanintas greipfrutais	SMP 30/1 1	200	0	0	1	4
<b>Iš viso I variantas</b>			<b>24,398</b>	<b>10,999</b>	<b>70,279</b>	<b>604,497</b>
<b>Iš viso II variantas</b>			<b>11,388</b>	<b>16,897</b>	<b>81,347</b>	<b>523,122</b>

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Bulvių plokštainis (tausojantis)	4-8/170 3	120	5,85	4,41	26,09	167,44
Grietinė 30% rieb.	SMP 18/200 5	40	1,14	18,00	1,86	175,2
Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4,08	3	5,88	66,84
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 20	200	0	0	0	0
<b>Iš viso</b>			<b>11,07</b>	<b>25,41</b>	<b>33,83</b>	<b>409,48</b>
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			<b>41,287</b>	<b>41,351</b>	<b>177,454</b>	<b>1375,11</b>
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			<b>28,277</b>	<b>47,249</b>	<b>188,522</b>	<b>1293,735</b>

Direktorė  
**Dalia Paunksnė** *Dalia Paunksnė*



6-10 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Ketvirtadienis
---------------------------	------------	----------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Trijų grūdų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/58T 2	150	6,29	4,09	24,74	160,91
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Viso grūdo bandelė (cukrų iki 16g/100g)	18/72 1	50	3,85	4,1	6,5	175
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			10,54	8,59	44,24	393,11

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Pomidorų ir ryžių sriuba(augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT 1	150	8,48	4,33	23,72	167,77
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I - Maltos jautienos kepsneliai (tausojantis)	12-5/100T 1	90	17,594	11,046	4,28	186,911
II- Lazanija su daržovėmis (tausojantis)	SMP 4-8/203 1	200	9,97	10,42	23,97	230,86
Morkų, svogūnų, česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 1	40	0,502	2,868	3,721	42,701
Bulvių košė su sviestu (82%) (augalinis) (tausojantis)	4-8/159AT 5	100	1,96	3,08	17,94	107,34
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 2	70	0,74	1,536	4,701	35,59
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Stalo vanduo paskanintas agurkais	SMP 30/1 1	200	0	0	0,2	2,00
<b>Iš viso I variantas</b>			29,094	22,132	69,941	603,111
<b>Iš viso II variantas</b>			20,882	19,758	70,711	546,831

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Orkaitėje kepti lietiniai su varškės įdaru (tausojantis)		100	10,7	20,4	32,7	360,00
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 4	30	0,78	9	0,84	88,2
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,49	0,14	2,48	13,10
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			11,97	29,54	36,02	461,30
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			51,604	60,262	150,201	1457,521
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			43,392	57,888	150,971	1401,241

Direktore  
**Dalia Paunksnė** *[Signature]*

Technologė  
**Olga Kostygova**



6-10 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Penktadienis
---------------------------	------------	--------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/54T 2	200	6,65	5,69	32,42	207,52
Džiovintos spanguolės	18/100 2	20	0,06	0,02	17,2	69,22
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,6	68,64
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,19</b>	<b>6,19</b>	<b>65,22</b>	<b>345,38</b>

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT 1	150	2,1	4,82	17,28	120,89
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Kapotos žuvies kepsnelis (lydeka, menkė) (tausojantis)	9-8/165T 4	110	19,72	6,86	11,23	185,55
II-Plovas su kiauliena (tausojantis)	10-5/105T 3	200	18,98	6,08	9,91	170,23
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	3-3/57T 1	90	2,29	1,95	24,75	125,71
Šviežių kopūstų, morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/20A 3	90	1,15	8,767	5,049	103,706
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0,24	0,24	7,8	34,32
Stalo vanduo paskanintas avietėmis	SMP 30/1 1	200	0,2	0	1,2	6
<b>Iš viso I variantas</b>			<b>27,31</b>	<b>24,457</b>	<b>76,009</b>	<b>590,876</b>
<b>Iš viso II variantas</b>			<b>25,09</b>	<b>23,357</b>	<b>66,129</b>	<b>575,556</b>

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Trapios tešlos pyragėlis su mėsa (tausojantis)		100	10,7	20,4	32,7	360,00
Daržovių sultinys (pagrindas sriuboms) (augalinis) (tausojantis)	1-3/19AT	90	0,49	0,14	2,48	13,10
<b>Viso</b>			<b>11,19</b>	<b>20,54</b>	<b>35,18</b>	<b>373,1</b>
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			<b>45,69</b>	<b>51,187</b>	<b>176,409</b>	<b>1309,356</b>
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			<b>43,47</b>	<b>50,087</b>	<b>166,529</b>	<b>1294,036</b>

Direktorė  
**Dalia Paunksnė**

Technologė  
**Olga Kostygova**



6-10 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Pirmadienis
---------------------------	-------------	-------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Sveikuoliški sausi pusryčiai (tausojantis)		60	4,74	0,72	51	231,6
Pienas (2,5%)	18/3 4	120	4,08	3	5,88	66,84
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 2	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,22</b>	<b>4,12</b>	<b>69,88</b>	<b>355,64</b>

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Rūgštinių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/21AT 2	150	2,709	6,387	14,553	126,533
Grietinė 30% rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Lazanija su mėsa (tausojantis)	10-5/105T 3	200	18,98	6,08	9,91	170,23
II - Troškintos daržovės (tausojantis)	5-5/107AT 3	150	9,663	6,166	42,376	263,647
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	SMP 30/1 1	200	0,4	0	1,4	8
<b>Iš viso I variantas</b>			<b>24,059</b>	<b>14,647</b>	<b>46,263</b>	<b>413,983</b>
<b>Iš viso II variantas</b>			<b>14,74</b>	<b>14,73</b>	<b>78,73</b>	<b>507,40</b>

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (tausojantis)	3-6/120 4	150	9,354	12,973	40,896	317,755
Grietinė 30% rieb.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 4	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			<b>10,404</b>	<b>22,093</b>	<b>44,646</b>	<b>419,755</b>
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			<b>43,683</b>	<b>40,86</b>	<b>160,789</b>	<b>1189,378</b>
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			<b>34,366</b>	<b>40,946</b>	<b>193,255</b>	<b>1282,795</b>

Direktorė  
Dalia Paunksnė *Dalia Paunksnė*



6-10 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Antradienis
---------------------------	-------------	-------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiršta manų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/47T 3	250	10,36	5,82	44,83	248,94
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 4	150	3,89	0,49	11,22	64,84
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0,24	0,24	7,8	34,32
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 18	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			14,76	6,67	66,76	361,9

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1,43	3,14	10,68	76,72
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Mini kalakutienos kukuliai (tausojantis)	10-3/62T 3	90	18,00	3,59	1,00	108,29
II- Baklažanas įdarytas daržovėmis, varške ir bulguro kruopomis (tausojantis)	SMP 4-8/201 1	200	13,8	8,35	21,69	211,89
Morkų, svogūnų, česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 2	50	0,627	3,585	4,651	53,377
Virtos Bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis)	SMP 3-3/200 1	100	6,17	3,13	37,97	193,48
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 3	110	1,21	5,68	4,32	73,24
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	SMP 30/1 1	200	0	0	1	4
<b>Iš viso I variantas</b>			28,78	17,72	75,37	564,95
<b>Iš viso II variantas</b>			19,037	22,935	62,741	528,447

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Žemaičių blynai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	SMP - 1512 /1	180	16,79	7,94	32,63	269,10
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 4	30	0,78	9,00	0,84	88,2
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 20	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			17,57	16,94	33,47	357,3
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			61,11	41,33	175,6	1284,15
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			51,367	46,545	162,971	1247,647

Direktorė

Dalia Paunksnė *Dalia Paunksnė*

Technologė  
Olga Kostygova



6-10 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Trečiadienis
---------------------------	-------------	--------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Virti pilno grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T 4	160	8,9	5,18	46,99	270,19
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 2	15	4,32	4,2	0,02	55,14
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13	57,2
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 10	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			13,62	9,78	60,01	382,53

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Ryžių ir daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SMP 1-3/200AT 1	150	4,68	2,52	13,97	98,00
Grietinė 30% rieš.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Jautienos befstrogenas (tausojantis)	12-5/102T 2	120	17,282	4,03	4,746	124,785
II- Bulviniai blynai (tausojantis)	SMP 4-8/202 1	160	5,28	13,84	31,99	273,60
Jogurtinis padažas (2.5%) su žalumynais	14-1/2 4	50	2,244	6,088	4,082	80,08
Virtos perlinės kruopos su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	4-3/64T 4	110	1,9	3,27	17,14	105,62
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT 7	130	1,94	7,92	11,62	125,52
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0,36	0,36	11,7	51,48
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	SMP 30/1 1	200	0	0	1	4
<b>Iš viso I variantas</b>			27,77	19,92	68,88	567,15
<b>Iš viso II variantas</b>			14,17	24,63	71,44	564,90

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai	riebalai,	angliava	
Virti varškėčiai (9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T 6	145	18,738	9,079	34,841	296,028
Grietinė 30% rieš.	SMP 18/200 3	20	0,38	6,00	0,62	58,4
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 12	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			19,388	15,199	38,371	368,228
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			60,78	44,899	167,257	1317,903
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			47,182	49,607	169,823	1315,658

Direktorė  
Dalia Paunskytė



6-10 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Ketvirtadienis
---------------------------	-------------	----------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T 3	250	9,77	6,41	46,04	280,93
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0,48	0,48	15,6	68,64
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 14	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			10,25	6,89	61,64	349,57

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT 1	150	3,01	4,95	24,2	153,42
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Plovas su kalakutiena (tausojantis)	10-5/102T 1	75/75	14,909	4,921	9,373	141,422
Morkų ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 2	90	2,048	8,949	8,723	123,62
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu -rauginti agurkai)	18/22 2	60	0,48	0,12	1,38	8,52
II- Krosnyje kepti varškėčiai (tausojantis)	SMP 10-5/111T	160	7,36	5,97	49,57	276,70
Grietinė 30% riebi.	SMP 18/200 3	20	0,38	6,00	0,62	58,4
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	SMP 30/1 1	200	0	0	1,4	6,00
<b>Iš viso I variantas</b>			22,06	20,76	53,78	490,72
<b>Iš viso II variantas</b>			12,63	18,86	87,4	566,06

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Omletas su pomidorais (tausojantis)	8-8/161T 3	110	9,41	8,48	2,86	125,38
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Vaisių (bananai, apelsinai, persikai, kivi ir t.t.) salotos (augalinis)	15-1/7A 2	100	1,947	3,555	19,545	117,957
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 8	200	0	0,0	0	0
<b>Viso</b>			13,157	12,675	41,365	332,137
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			45,46	40,33	156,78	1172,43
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			36,04	38,43	190,41	1247,77

Direktore  
**Dalia Paunkė**

*[Handwritten signature]*



6-10 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Penktadienis
---------------------------	-------------	--------------

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avižų kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T 3	250	8,06	5,99	41,79	253,34
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0,52	0,52	16,9	74,36
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 6	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,85</b>	<b>6,63</b>	<b>61,6</b>	<b>341,5</b>

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT 2	150	1,075	1,716	9,048	55,933
Grietinė 30%rieb.	SMP 18/200 1	5	0,13	1,5	0,14	14,7
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I- Keptas su garais žuvies šnicelis (jūros lydeka) (tausojantis)	9-7/146T 2	100	22,08	5,3	7,46	165,85
II- Virti pilno grūdo makaronai su malta kiauliena ir sūriu (tausojantis)	11-5/101T 4	160 (123/37)	13,887	3,873	33,738	225,352
Pilno grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	SMP 6-3/61AT	100	4,622	1,983	24,557	134,565
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 3	110	1,31	5,76	4,12	73,54
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 4	80	0,32	0,32	10,4	45,76
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	SMP 30/1 1	200	0	0	1,8	8
<b>Iš viso:</b>			<b>31,017</b>	<b>16,899</b>	<b>66,085</b>	<b>541,388</b>
<b>Iš viso II variantas</b>			<b>18,202</b>	<b>13,489</b>	<b>67,806</b>	<b>466,325</b>

**Vakarienė**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai,	angliava	
Varškės apkepas (9%) (tausojantis)	7-8/169T 3	140	17,502	11,987	29,142	294,456
Nesaldintas jogurtas (2.5%)	18/2 6	30	1,41	0,75	1,35	17,79
Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,8
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 16	200	0	0	0	0
<b>Viso</b>			<b>19,182</b>	<b>12,857</b>	<b>33,402</b>	<b>326,046</b>
<b>Iš viso I (dienos davinio):</b>			<b>59,049</b>	<b>36,386</b>	<b>161,087</b>	<b>1208,934</b>
<b>Iš viso II (dienos davinio):</b>			<b>46,234</b>	<b>32,976</b>	<b>162,808</b>	<b>1133,871</b>

Direktore  
**Dalia Paunksnė**

Technologė  
**Olga Kostygova**