

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                              |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------|-------------|-------------|--------------------|----------------------|--------------|--------------|
| Pietus 11.15 val.                                                                                 |            | Patiekalo maistinė vertė |             |             |                    |                      |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                             | Rp. Nr.    | Išėiga (g)               | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | Energinė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| <b>SRIUBOS</b>                                                                                    |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis                                                             | 1-3/24AT1  | 150                      | 2.64        | 2.13        | 13.33              | 83.16                | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                                    |            | 20                       | 0.48        | 6.00        | 0.64               | 58.40                | 0.14         | 0.17         |
| <b>KARŠTI PATIEKALAI</b>                                                                          |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Plikytų ryžių plovai su vištiena (tausojantis)                                                    | 10-5/111T3 | 150                      | 19.11       | 8.68        | 22.16              | 243.2                | 1.65         | 2            |
| Plikytų ryžių plovai su daržovėmis (šparaginės pupelės, morkos, paprika) (tausojantis)(augalinis) | 4-5/3AT    | 200                      | 4.97        | 9.27        | 47.38              | 283.22               | 0.96         | 1.16         |
| Vištienos troškiny su daržovėmis ir grietinėle (35%) (tausojantis)                                | 10-8/184T  | 120                      | 13.49       | 13.48       | 4.62               | 193.78               | 1.38         | 1.67         |
| Kepti orkaitėje vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)                               | 10-7/143T3 | 80                       | 19.64       | 8.22        | 4.72               | 171.45               | 1.01         | 1.22         |
| Varškės apkepas (9%) (tausojantis)                                                                | 7-8/169T3  | 140                      | 17.50       | 11.99       | 29.14              | 294.46               | 1.54         | 1.86         |
| <b>KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**</b>                                                           |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)                                                     | 4-5/104AT  | 100                      | 2.50        | 0.65        | 27.40              | 135.32               | 0.31         | 0.38         |
| Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)                                                           | 3-3/53 AT  | 100                      | 6.14        | 1.36        | 33.65              | 172.60               | 0.31         | 0.38         |
| <b>SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**</b>                                                          |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)               | 2-1/7A     | 100                      | 1.02        | 5.26        | 5.32               | 72.76                | 0.40         | 0.48         |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)                 | 18/25 6    | 100                      | 0.40        | 0.40        | 13.00              | 57.20                | 0.40         | 0.48         |
| <b>VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI</b>                                                      |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                | 18/20 5    | 100                      | 0.40        | 0.00        | 9.90               | 40.00                | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                           | 18/70 1    | 20                       | 1.48        | 0.32        | 8.56               | 43.04                | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                                    |            | 50                       | 1.2         | 15          | 1.6                | 146                  | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                            | 18/19      | 50                       | 0.45        | 0.2         | 4.85               | 23                   | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas apelsiniais                                                              | 30/1 1     | 200                      | 0.00        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 | 0.00         | 0.00         |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.  
Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

*Dalia Paunksnė* Direktorė  
Dalia Paunksnė

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                       |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|-------------|-------------|--------------------|----------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                          |             | Patiekalo maistinė vertė |             |             |                    |                      |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                      | Rp. Nr.     | Išveiga (g)              | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | Energinė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| SRIUBOS                                                                                    |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| (augalinis) (tausojantis)                                                                  | 1-3/28AT2   | 150/20                   | 1.1         | 4.65        | 6.53               | 72.35                | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                             |             | 20                       | 0.48        | 6.00        | 0.64               | 58.40                | 0.14         | 0.17         |
| KARŠTI PATIEKALAI                                                                          |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Troškintos kiaulienos juostelės su morkomis ir salierais (tausojantis)                     | 11-8/162T 2 | 100                      | 10.44       | 13.96       | 5.02               | 214.75               | 1.26         | 1.52         |
| Pupelių, saliero ir morkų troškiny (augalinis) (tausojantis)                               | 5-5/109AT2  | 150                      | 8.79        | 2.27        | 27.42              | 165.29               | 0.72         | 0.87         |
| Orkaitėje keptas jautienos ir kiaulienos maltinukas su morkomis ir svogūnais (tausojantis) | 12-8/3T     | 80                       | 15.76       | 6.39        | 6.25               | 145.79               | 1.01         | 1.22         |
| Orkaitėje keptas kiaulienos šnicelis (tausojantis)                                         | 11-8/161T 2 | 90                       | 18.54       | 8.25        | 5.31               | 167.69               | 1.13         | 1.37         |
| Orkaitėje kepti lietiniai su varškes ir špinatų įdaru (tausojantis)                        | 7-8/163T    | 160                      | 19.18       | 8.71        | 19.80              | 303.23               | 1.97         | 2.38         |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                           |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Virtos bulvės su krapais (augalinis)(tausojantis)                                          | 4-3/59AT    | 100                      | 2.00        | 0.10        | 18.36              | 82.50                | 0.26         | 0.31         |
| Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)                                                    | 3-3/53 AT   | 100                      | 6.14        | 1.36        | 33.65              | 172.60               | 0.31         | 0.38         |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                          |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Virtų burokėlių salotos su ypač tynu alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)             | 2-3/59A     | 100                      | 1.57        | 5.07        | 9.48               | 90.04                | 0.40         | 0.48         |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)          | 18/25 6     | 100                      | 0.40        | 0.40        | 13.00              | 57.20                | 0.40         | 0.48         |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI                                                      |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                         | 18/20 5     | 100                      | 0.40        | 0.00        | 6.10               | 25.00                | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                    | 18/70 1     | 20                       | 1.48        | 0.32        | 8.56               | 43.04                | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                             |             | 50                       | 1.2         | 15          | 1.6                | 146                  | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                     | 18/19       | 50                       | 0.45        | 0.2         | 4.85               | 23                   | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas agurkais                                                          | 30/1 1      | 200                      | 0.00        | 0.00        | 0.20               | 2.00                 | 0.00         | 0            |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

*Dalia Paunksnė* Direktorė  
Dalia Paunksnė

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                               |             |                          |              |              |                         |                  |                 |             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------|--------------|-------------------------|------------------|-----------------|-------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                                  |             | Patiekalo maistinė vertė |              |              |                         |                  |                 |             |
| Patiekalo pavadinimas                                                                              | Rp. Nr.     | Išveiga (g)              | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliava<br>ndeniai (g) | Energija<br>kcal | Kaina<br>be PVM | Kaina<br>su |
| SRIUBOS                                                                                            |             |                          |              |              |                         |                  |                 |             |
| Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir Grietinė (30%)                                | 1-3/25AT 2  | 150/20                   | 1.26         | 2.61         | 10.05                   | 68.7             | 0.21            | 0.25        |
|                                                                                                    |             | 20                       | 0.48         | 6.00         | 0.64                    | 58.40            | 0.14            | 0.17        |
| KARŠTI PATIEKALAI                                                                                  |             |                          |              |              |                         |                  |                 |             |
| Kalakutienos guliašas (tausojantis)                                                                | 10-8/184T   | 140                      | 22.12        | 13.25        | 7.78                    | 239.89           | 1.61            | 1.95        |
| Troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa su tirštu brokolių padažu (tausojantis)(85/35)               | 10-8/155T 1 | 120                      | 23.22        | 5.28         | 2.46                    | 150.27           | 1.38            | 1.67        |
| Orkaitėje keptas kalakutienos šlaunelių mėsos maltinukas(tausojantis)                              | 10-8/170T 1 | 90                       | 19.06        | 5.11         | 6.78                    | 149.43           | 1.13            | 1.37        |
| Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa su prieskoninių žolelių ir česnakų marinatu (tausojantis) | 10-5/165T1  | 100                      | 26.72        | 15.77        | 0.47                    | 200.69           | 1.26            | 1.52        |
| Vištienos guliašas su morkomis ir pomidorais (tausojantis)                                         | 10-5/105T   | 140                      | 17.19        | 6.61         | 16.89                   | 195.98           | 0.00            |             |
| Orkaitėje keptas avinžirnių maltinukas su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)                      | 5-8/160T    | 90                       | 6.71         | 5.26         | 19.51                   | 155.68           | 0.43            | 0.52        |
| Orkaitėje kepti lietiniai su vištienos mėsos įdaru (tausojantis)                                   | 10-9/182T   | 150                      | 17.46        | 18.84        | 29.79                   | 359.30           | 1.84            | 2.23        |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                                   |             |                          |              |              |                         |                  |                 |             |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)                                                      | 4-5/104AT   | 100                      | 2.50         | 0.65         | 27.40                   | 135.32           | 0.31            | 0.38        |
| Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)                                                            | 3-3/53 AT   | 100                      | 6.14         | 1.36         | 33.65                   | 172.60           | 0.15            | 0.38        |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                                  |             |                          |              |              |                         |                  |                 |             |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)                  | 18/25 6     | 100                      | 0.40         | 0.40         | 13.00                   | 57.20            | 0.40            | 0.48        |
| Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)                            | 2-3/20A     | 100                      | 3.46         | 7.25         | 13.15                   | 109.48           | 0.00            |             |
| Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                               | 2-1/38A     | 100                      | 1.00         | 3.18         | 8.76                    | 67.82            | 0.40            | 0.48        |
| Morkų ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)                                         | 2-1/21A     | 100                      | 1.15         | 5.67         | 10.03                   | 94.41            | 0.40            | 0.48        |
| Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)                     | 2-1/18A     | 100                      | 0.93         | 3.18         | 3.64                    | 46.96            | 0.20            | 0.24        |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI                                                              |             |                          |              |              |                         |                  |                 |             |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                 | 18/20 5     | 100                      | 0.70         | 0.00         | 11.10                   | 43.00            | 0.10            | 0.12        |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                            | 18/70 1     | 20                       | 1.48         | 0.32         | 8.56                    | 43.04            | 0.04            | 0.05        |
| Grietinė (30%)                                                                                     |             | 50                       | 1.20         | 15.00        | 1.60                    | 146.00           | 0.36            | 0.43        |
| Šaldytos trintos uogos                                                                             | 18/19       | 50                       | 0.45         | 0.20         | 4.85                    | 23.00            | 0.11            | 0.13        |
| Stalo vanduo paskanintas uogomis                                                                   | 30/1 1      | 200                      | 0.20         | 0.00         | 1.20                    | 6.00             | 0.00            | 0.00        |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Direktorė  
Dalia Paunksnė

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                              |            |                          |                |                |                       |                         |              |              |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------|----------------|----------------|-----------------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                 |            | Patiekalo maistinė vertė |                |                |                       |                         |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                             | Rp. Nr.    | Išėiga<br>(g)            | Baltymai,<br>g | Riebalai,<br>g | Angliavandeniai,<br>g | Energinė vertė,<br>kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| SRIUBOS                                                                           |            |                          |                |                |                       |                         |              |              |
| morkomis (augalinis) (tausojantis)                                                | 1-3/35AT   | 150/20                   | 4.6            | 2.37           | 19.1                  | 116.14                  | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                    |            | 20                       | 0.48           | 6.00           | 0.64                  | 58.40                   | 0.14         | 0.17         |
| KARŠTI PATIEKALAI                                                                 |            |                          |                |                |                       |                         |              |              |
| Troškintas kiaulienos maltinukai su avižių sėlenomis ir daržovėmis (tausojantis)  | 11-5/109T  | 90                       | 18.78          | 12.12          | 4.57                  | 202.53                  | 1.13         | 1.37         |
| Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis)                                        | 10-8/185T  | 100                      | 20.93          | 11.83          | 8.86                  | 228.43                  | 0.00         |              |
| Kiaulienos mėsos guliašas su morkomis ir svogūnais (tausojantis)                  | 11-5/111T  | 100                      | 16.56          | 10.88          | 5.59                  | 186.55                  | 1.07         | 1.29         |
| Jautienos- kiaulienos kukulis su rausvuju padažu (65/15)                          | 12-8/3T 3  | 80                       | 12.16          | 8.32           | 6.96                  | 163.42                  | 1.01         | 1.22         |
| Lazanija su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)                                  | 4-8/203 1  | 200                      | 9.97           | 10.42          | 23.97                 | 230.86                  | 2.40         | 2.9          |
| Varškės (9 %) apkepas su razinomis (tausojantis)                                  | 7-8/168T 2 | 140                      | 18.69          | 12.32          | 32.34                 | 315.11                  | 1.54         | 1.86         |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                  |            |                          |                |                |                       |                         |              |              |
| Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)                          | 6-3/61AT   | 100                      | 4.32           | 1.96           | 24.52                 | 134.54                  | 0.20         | 0.24         |
| Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)                                           | 3-3/53 AT  | 100                      | 6.14           | 1.36           | 33.65                 | 172.60                  | 0.31         | 0.38         |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                 |            |                          |                |                |                       |                         |              |              |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos) | 18/25 6    | 100                      | 0.40           | 0.40           | 13.00                 | 57.20                   | 0.40         | 0.48         |
| Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)                                      | 2-1/16A    | 100                      | 1.03           | 4.67           | 7.16                  | 72.03                   | 0.31         | 0.38         |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI                                             |            |                          |                |                |                       |                         |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                | 18/20 5    | 100                      | 1.08           | 0.12           | 14.04                 | 56.40                   | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                           | 18/70 1    | 20                       | 1.48           | 0.32           | 8.56                  | 43.04                   | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                    |            | 50                       | 1.20           | 15.00          | 1.60                  | 146.00                  | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                            | 18/19      | 50                       | 0.45           | 0.20           | 4.85                  | 23.00                   | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas citrinos                                                 | 30/1 1     | 200                      | 0.00           | 0.00           | 1.00                  | 4.00                    | 0.00         | 0            |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-  
Stecko

*Dalia Paunksnė* Direktorė  
Dalia Paunksnė

| 6-10 metų amžiaus vaikams                                                              |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
|----------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------|-------------|-------------|--------------------|----------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                      |            | Patiekalo maistinė vertė |             |             |                    |                      |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                  | Rp. Nr.    | Išėiga (g)               | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | Energinė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| SRIUBOS                                                                                |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)                                             | 1-3/39AT2  | 150/20                   | 1.41        | 3.14        | 10.51              | 76.06                | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                         |            | 20                       | 0.48        | 6.00        | 0.64               | 58.40                | 0.14         | 0.17         |
| KARŠTI PATIEKALAI                                                                      |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Keptas su garais (menkė, lydeka) žuvies garinukas su provanso žolelėmis (tausojantis)  | 9-7/-141T3 | 90                       | 13.97       | 6.24        | 4.53               | 130.14               | 0.91         | 1.1          |
| su daržovėmis ir bulgur kruopomis (augalinis)(tausojantis)                             | 4-8/198AT  | 240                      | 6.00        | 4.99        | 34.99              | 210.09               | 1.15         | 1.39         |
| Žuvies (jūros lydeka) ir cukinijos paplotėlis (tausojantis)                            | 9-8/164T   | 100                      | 14.02       | 4.86        | 6.50               | 125.98               | 0.55         | 0.67         |
| Kepta su garais liesa (menkė, lydeka) žuvies file su provanso žolelėmis (tausojantis)  | 9-7/144T3  | 110                      | 18.50       | 0.36        | 0.02               | 85.48                | 1.26         | 1.53         |
| Virti varškėčiai su viso grūdo miltai (tausojantis)                                    | 7-3/60T    | 130                      | 16.96       | 7.02        | 34.25              | 281.47               | 0.65         | 0.79         |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                       |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)                                         | 3-3/68 AT  | 100                      | 2.68        | 3.12        | 21.66              | 129.83               | 0.31         | 0.38         |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)                                          | 4-5/104AT  | 100                      | 2.50        | 0.65        | 27.40              | 135.32               | 0.31         | 0.38         |
| Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)                                                | 3-3/53 AT  | 100                      | 6.14        | 1.36        | 33.65              | 172.60               | 0.15         | 0.18         |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                      |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos) (augalinis)  | 18/25 6    | 100                      | 0.40        | 0.40        | 13.00              | 57.20                | 0.40         | 0.48         |
| Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) | 2-1/22A2   | 90                       | 1.14        | 4.18        | 4.86               | 61.67                | 0.31         | 0.38         |
| Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)         | 2-1/18A    | 100                      | 0.93        | 3.18        | 3.64               | 46.96                | 0.31         | 0.38         |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI                                                  |            |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                     | 18/20 5    | 100                      | 0.30        | 0.40        | 15.10              | 59.00                | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                | 18/70 1    | 20                       | 1.48        | 0.32        | 8.56               | 43.04                | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                         |            | 50                       | 1.20        | 15.00       | 1.60               | 146.00               | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                 | 18/19      | 50                       | 0.45        | 0.20        | 4.85               | 23.00                | 0.11         | 0.13         |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

*Dalia Paunksnė* Direktorė  
Dalia Paunksnė

II savaitė

PIRMADIENIS

Pietūs 11.15 val.

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Patiekalo maistinė vertė

Patiekalo pavadinimas

Rp. Nr.

Išėiga  
(g)

baltim  
ai,  
g

riebal  
ai, g

anglia  
vande  
niai, g

Energi  
nė  
vertė,  
kcal

Kaina  
be  
PVM

Kaina  
su  
PVM

SRIUBOS

Kreminė daržovių  
sriuba(tausojantis)

1-3/87T  
10

150/20  
20

2.71  
0.48

8.46  
6.00

7.65  
0.64

106.98  
58.40

0.21  
0.14

0.25  
0.17

KARŠTI PATIEKALAI

Grietinė (30%)  
Grietinė (10%) troškinta  
vištienos šlaunelių mėsa su  
morkomis (tausojantis)

10-5/100T  
2

110(86/  
24)

17.74

9.91

3.32

219.8

1.26

1.53

Raudonųjų lęšių troškiny su  
daržovėmis  
(augalis)(tausojantis)

5-  
5/104AT1

110

10.79

4.97

28.02

200.1

0.53

0.64

Orkaitėje keptas vištienos  
krūtinėlės pjausnys su avižų  
sėlenomis (tausojantis)

10-8/164T  
1

100

25.79

2.48

9.63

164.00

1.26

1.52

Orkaitėje keptas kalakutienos  
mėsos maltinukas  
(tausojantis)

10-8/170T

90

19.06

5.11

6.78

149.4

1.13

1.37

Varškės (9%) apkepas su  
braškėmis (tausojantis)

7-8/170T

140

18.86

17.25

21.1

334.4

1.54

1.86

KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI\*\*

Virti plikyti ryžiai  
(augalinis)(tausojantis)

4-5/104AT

100

2.50

0.65

27.40

135.32

0.31

0.38

Virti griekiai  
(augalinis)(tausojantis)

3-3/53 AT

100

6.14

1.36

33.65

172.60

0.15

0.38

SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI\*\*

Šviežių kopūstų ir morkų  
salotos su aliejaus padažu  
(augalinis)

2-1/19A

100

1.21

9.73

5.16

113.02

0.31

0.38

Sezoninės daržovės  
(rauginti/švieži  
agurkai/pomidorai/paprikos/c  
ukinijos/ morkos)

18/25 6

100

0.40

0.40

13.00

57.20

0.40

0.48

VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GERIMAI

Sezoniniai vaisiai

18/20 5

100

0.40

0.00

6.10

25.00

0.10

0.12

Viso grūdo ruginė duona

18/70 1

20

1.48

0.32

8.56

43.04

0.04

0.05

Grietinė (30%)

50

1.20

15.00

1.60

146.00

0.36

0.43

Šaldytos trintos uogos

18/19

50

0.45

0.20

4.85

23.00

0.11

0.13

Stalo vanduo paskanintas  
apelsiniais

30/1 1

200

0.00

0.00

1.00

4.00

0.00

0

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Dalia Paunksnė  
Direktorė

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                                       |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------|--------------|----------------------|-----------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                                          |             | Patiekalo maistinė vertė |              |              |                      |                       |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                      | Rp. Nr.     | Išėiga (g)               | baltim ai, g | riebal ai, g | anglia vande niai, g | Energi nė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| <b>SRIUBOS</b>                                                                                             |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)                                          | 1-3/27AT 2  | 150/20                   | 4.33         | 1.86         | 18.60                | 108.43                | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                                             |             | 20                       | 0.48         | 6.00         | 0.64                 | 58.40                 | 0.14         | 0.17         |
| <b>KARŠTI PATIEKALAI</b>                                                                                   |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Kiaulienos maltinukas su sezamo sėklomis (tausojantis)                                                     | 11-5/102T 2 | 80                       | 18.99        | 8.87         | 6.62                 | 181.3                 | 1.01         | 1.22         |
| Kepti orkaitėje avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (paprika, morkos, cukinija) (augalinis) (tausojantis) | 5-8/160AT2  | 90                       | 7.90         | 4.98         | 21.00                | 160.51                | 0.43         | 0.52         |
| Garuose troškintas naminis kiaulienos maltinukas (tausojantis)                                             | SMP 410     | 90                       | 15.64        | 9.54         | 8.22                 | 213.00                | 1.13         | 1.37         |
| Kiaulienos troškiny su morkomis ir salierais (tausojantis)                                                 | 11-5/99T    | 120                      | 14.2         | 24.03        | 7.48                 | 303                   | 1.38         | 1.67         |
| Keptas orkaitėje varškėtis (varškė 9%) su aguonomis (tausojantis)                                          | 7-8/160 T2  | 110                      | 18.71        | 12.79        | 20.86                | 274.09                | 1.21         | 1.46         |
| <b>KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**</b>                                                                    |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Bulvių košė (tausojantis)                                                                                  | 4-3/8T      | 100                      | 2.18         | 3.72         | 15.98                | 107.3                 | 0.26         | 0.31         |
| Virti griikiai (augalinis) (tausojantis)                                                                   | 3-3/53 AT   | 100                      | 6.14         | 1.36         | 33.65                | 172.60                | 0.31         | 0.38         |
| <b>SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**</b>                                                                   |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                                       | 2-1/38A     | 100                      | 1.00         | 3.18         | 8.76                 | 67.82                 | 0.31         | 0.38         |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži)                                                                       | 18/25 6     | 100                      | 0.40         | 0.40         | 13.00                | 57.20                 | 0.40         | 0.48         |
| <b>VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI</b>                                                               |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                         | 18/20 5     | 100                      | 0.40         | 0.00         | 9.90                 | 40.00                 | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                    | 18/70 1     | 20                       | 1.48         | 0.32         | 8.56                 | 43.04                 | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                                             |             | 50                       | 1.20         | 15.00        | 1.60                 | 146.00                | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                                     | 18/19       | 50                       | 0.45         | 0.20         | 4.85                 | 23.00                 | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas citrin                                                                            | 30/1 1      | 200                      | 0.00         | 0.00         | 1.00                 | 4.00                  | 0.00         | 0            |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

*Dalia Paunksnė* Direktoriė  
Dalia Paunksnė

II savaitė

TREČIADIENIS

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                        |             |            |              |              |                      |                       |              |              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|--------------|--------------|----------------------|-----------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                           |             |            |              |              |                      |                       |              |              |
| Patiekalo maistinė vertė                                                                    |             |            |              |              |                      |                       |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                       | Rp. Nr.     | Išėiga (g) | baltim ai, g | riebal ai, g | anglia vande niai, g | Energi nė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| SRIUBOS                                                                                     |             |            |              |              |                      |                       |              |              |
| Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)                                            | 1-3/40AT 1  | 150/20     | 1.28         | 3.20         | 10.61                | 76.41                 | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                              |             | 20         | 0.48         | 6.00         | 0.64                 | 58.40                 | 0.14         | 0.17         |
| KARSTI PATIEKALAI                                                                           |             |            |              |              |                      |                       |              |              |
| Troškintas vištienos šlaunelių mėsos suktinukas su daržovėmis (tausojantis)                 | 10-7/148T   | 100        | 19.00        | 3.29         | 6.41                 | 131.27                | 1.26         | 1.52         |
| Įdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)                                      | 4-8/201 1   | 140        | 11.01        | 7.79         | 15.57                | 155.16                | 0.67         | 0.81         |
| Orkaitėje keptas vištienos šnicelis (tausojantis)                                           | 10-7/146T 2 | 90         | 17.7         | 4.65         | 14.64                | 171.5                 | 1.26         | 1.52         |
| Grietinė (10%) troškinta vištienos mėsa su šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis) | 10-8/163 T  | 100        | 14.20        | 8.66         | 5.50                 | 156.21                | 1.15         | 1.39         |
| Orkaitėje kepti lietiniai blynai su varške (varškė 9%) (tausojantis)                        | 6-8/163T    | 160        | 10.52        | 18.08        | 32.4                 | 352.3                 | 1.97         | 2.38         |
| Mieliniai blynai                                                                            | 6-8/165     | 100        | 8.57         | 13.57        | 38.30                | 313.86                | 0.80         | 0.97         |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                            |             |            |              |              |                      |                       |              |              |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)                                               | 4-5/104AT   | 100        | 2.50         | 0.65         | 27.40                | 135.32                | 0.31         | 0.38         |
| Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)                                                     | 3-3/53 AT   | 100        | 6.14         | 1.36         | 33.65                | 172.60                | 0.31         | 0.38         |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                           |             |            |              |              |                      |                       |              |              |
| Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)            | 2-1/35A     | 100        | 1.18         | 5.28         | 4.36                 | 70.12                 | 0.31         | 0.38         |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)            | 18/25 6     | 100        | 0.40         | 0.40         | 13.00                | 57.20                 | 0.40         | 0.48         |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI                                                       |             |            |              |              |                      |                       |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                          | 18/20 5     | 100        | 1.00         | 0.40         | 23.40                | 92.00                 | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                     | 18/70 1     | 20         | 1.48         | 0.32         | 8.56                 | 43.04                 | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                              |             | 50         | 1.20         | 15.00        | 1.60                 | 146.00                | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                      | 18/19       | 50         | 0.45         | 0.20         | 4.85                 | 23.00                 | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas apelsiniais                                                        | 30/1 1      | 200        | 0.00         | 0.00         | 1.00                 | 4.00                  | 0.00         | 0            |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Dalia Paunksnė  
Direktorė

II savaitė

KETVIRTADIENIS

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                            |            |                          |              |              |                      |                       |              |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------|--------------|--------------|----------------------|-----------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                               |            | Patiekalo maistinė vertė |              |              |                      |                       |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                           | Rp. Nr.    | Išveiga (g)              | baltim ai, g | riebal ai, g | anglia vande niai, g | Energi nė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| <b>SRIUBOS</b>                                                                                  |            |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)                                                | 1-3/28AT2  | 150/20                   | 1.1          | 4.65         | 6.53                 | 72.35                 | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                                  |            | 20                       | 0.48         | 6.00         | 0.64                 | 58.40                 | 0.14         | 0.17         |
| <b>KARSTI PATIEKALAI</b>                                                                        |            |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Kiaulienos mėsos ir daržovių rizoto (tausojantis)                                               | 11-5/163T  | 150                      | 22.13        | 12.04        | 21.69                | 283.9                 | 1.65         | 2            |
| Daržovių (žali žirneliai, morkos, cukinija, žiediniai kopūstai) rizoto (augalinis)(tausojantis) | 4-5/102AT2 | 200                      | 7.53         | 10.02        | 31.84                | 247.7                 | 0.96         | 1.16         |
| Troškintas kiaulienos ir jautienos maltinukas su avių sėlenomis (tausojantis)                   | 11-5/109T  | 80                       | 16.88        | 9.34         | 4.15                 | 186.4                 | 1.01         | 1.22         |
| Kepta orkaitėje lazanija su kiaulienos mėsa (tausojantis)                                       | 11-8/5 T   | 180                      | 16.23        | 16.07        | 27.34                | 318.8                 | 2.16         | 2.61         |
| Kepta orkaitėje lazanija su varškės (9%) ir špinatų įdaru (tausojantis)                         | 12-8/6T    | 160                      | 14.71        | 12.39        | 21.62                | 257.20                | 1.92         | 2.32         |
| <b>KARSTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**</b>                                                         |            |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)                                                   | 4-5/104AT  | 100                      | 2.50         | 0.65         | 27.40                | 135.32                | 0.31         | 0.38         |
| Viso grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)                                        | 6-3/61AT   | 100                      | 4.60         | 1.97         | 24.54                | 134.55                | 0.20         | 0.24         |
| <b>SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**</b>                                                        |            |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)                                                  | 2-3/65A    | 90                       | 0.69         | 3.69         | 2.01                 | 44.06                 | 0.36         | 0.44         |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)               | 18/25 6    | 100                      | 0.40         | 0.40         | 13.00                | 57.20                 | 0.40         | 0.48         |
| Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                  | 2-3/59A    | 100                      | 1.57         | 5.07         | 9.48                 | 90.04                 | 0.31         | 0.38         |
| <b>VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI</b>                                                    |            |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                              | 18/20 5    | 100                      | 0.90         | 0.10         | 12.00                | 47.00                 | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                         | 18/70 1    | 20                       | 1.48         | 0.32         | 8.56                 | 43.04                 | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                                  |            | 50                       | 1.20         | 15.00        | 1.60                 | 146.00                | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                          | 18/19      | 50                       | 0.45         | 0.20         | 4.85                 | 23.00                 | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas citrinomis                                                             | 30/1 1     | 200                      | 0.00         | 0.00         | 1.00                 | 4.00                  | 0.00         | 0            |

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

*Dalia Paunksnė*  
Direktorė  
Dalia Paunksnė

II savaitė

PENKTADIENIS

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                                 |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------|--------------|----------------------|-----------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                                    |             | Patiekalo maistinė vertė |              |              |                      |                       |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                | Rp. Nr.     | Išėiga (g)               | baltim ai, g | riebal ai, g | anglia vande niai, g | Energi nė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| SRIUBOS                                                                                              |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Daržovių (žali žirneliai, bulves, morkos) ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis)                  | 1-3/38AT    | 150/20                   | 3.02         | 4.92         | 15.97                | 120.3                 | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                                       |             | 20                       | 0.48         | 6.00         | 0.64                 | 58.40                 | 0.14         | 0.17         |
| KARŠTI PATIEKALAI                                                                                    |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Keptas orkaitėje lydekos ir lašišos maltinukas (tausojantis)                                         | 9-8/163T2   | 80                       | 16.22        | 8.22         | 4.22                 | 162.33                | 0.38         | 0.46         |
| Keptas orkaitėje grikių ir daržovių (morkos, paprika, salierai) maltinukas (augalinis) (tausojantis) | 3-8/160AT 2 | 90                       | 2.91         | 3.33         | 18.00                | 118.60                | 0.43         | 0.52         |
| Orkaitėje kepta žuvies (lydekos) užkepėlė su daržovėmis (bulvės, porai, pomidorai) (tausojantis)     | 9-8/167T 1  | 220                      | 17.88        | 4.92         | 19.55                | 215.2                 | 1.54         | 1.86         |
| Varškės (9%) apkepas su kokosų drožlėmis (tausojantis)                                               | 7-8/189T    | 160                      | 20.02        | 22.47        | 24.33                | 379.65                | 1.76         | 2.13         |
| Bulvių plokštainis su grietine (30%) 180/20                                                          | 4-8/170 6   | 200                      | 8.47         | 12.07        | 36.72                | 297.4                 | 2.06         | 2.49         |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                                     |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis)                                                      | 3-3/68AT    | 70                       | 1.87         | 2.17         | 15.15                | 90.87                 | 0.31         | 0.38         |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)                                                       | 4-5/104AT   | 100                      | 2.50         | 0.65         | 27.40                | 135.32                | 0.31         | 0.38         |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                                    |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)                              | 2-1/20A 3   | 110                      | 3.81         | 7.98         | 14.47                | 120.4                 | 0.31         | 0.38         |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)                    | 18/25 6     | 100                      | 0.40         | 0.40         | 13.00                | 57.20                 | 0.40         | 0.48         |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI                                                                |             |                          |              |              |                      |                       |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                   | 18/20 5     | 100                      | 0.40         | 0.00         | 6.10                 | 25.00                 | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                              | 18/70 1     | 20                       | 1.48         | 0.32         | 8.56                 | 43.04                 | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                                       |             | 50                       | 1.20         | 15.00        | 1.60                 | 146.00                | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                               | 18/19       | 50                       | 0.45         | 0.20         | 4.85                 | 23.00                 | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas uogo                                                                        | 30/1 1      | 200                      | 0.20         | 0.00         | 1.20                 | 6.00                  | 0.00         | 0            |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

5

Direktorė  
Dalia Paunksnė

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                                         |             |                          |              |              |                      |                       |               |              |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------|--------------|----------------------|-----------------------|---------------|--------------|--|
| Pietūs 11.15 val.                                                                                            |             | Patiekalo maistinė vertė |              |              |                      |                       |               |              |  |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                        | Rp. Nr.     | Išveiga (g)              | baltim ai, g | riebal ai, g | angliav andeni ai, g | Energin ė vertė, kcal | Kain a be PVM | Kaina su PVM |  |
| SRIUBOS                                                                                                      |             |                          |              |              |                      |                       |               |              |  |
| Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)                                            | 1-3/27AT 2  | 150/20                   | 4.33         | 1.86         | 18.60                | 108.43                | 0.21          | 0.25         |  |
| Grietinė (30%)                                                                                               |             | 20                       | 0.48         | 6.00         | 0.64                 | 58.40                 | 0.14          | 0.17         |  |
| KARŠTI PATIEKALAI                                                                                            |             |                          |              |              |                      |                       |               |              |  |
| Keptas orkaitėje kalakutienos maltinukas su morkomis (tausojantis)                                           | 10-7/145T2  | 90                       | 16.93        | 5.67         | 11.4                 | 164.4                 | 1.13          | 1.37         |  |
| Keptas orkaitėje lęšių maltinukas (augalinis) (tausojantis)                                                  | 5-8/162T 2  | 90                       | 6.00         | 5.03         | 15.12                | 130.45                | 0.43          | 0.52         |  |
| Vištienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis) (70/60) | 10-5/102T 2 | 110                      | 16.60        | 5.48         | 9.72                 | 154.60                | 1.26          | 1.53         |  |
| Pasukų blynėliai su bananais                                                                                 | 6-8/176     | 150                      | 12.56        | 19.5         | 58.74                | 394.06                | 1.20          | 1.45         |  |
| Keptas orkaiteje varškėtis (varškė 9%) su morkomis (tausojantis)                                             | 7-7/62T     | 140                      | 19.07        | 11.70        | 28.48                | 295.63                | 1.54          | 1.86         |  |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                                             |             |                          |              |              |                      |                       |               |              |  |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)                                                               | 4-5/104AT   | 100                      | 2.50         | 0.65         | 27.40                | 135.32                | 0.31          | 0.38         |  |
| Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)                                                                     | 3-3/53 AT   | 100                      | 6.14         | 1.36         | 33.65                | 172.60                | 0.31          | 0.38         |  |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                                            |             |                          |              |              |                      |                       |               |              |  |
| Šviežių kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)                      | 2-1/8A      | 100                      | 1.10         | 5.16         | 3.93                 | 66.58                 | 0.31          | 0.38         |  |
| Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)                               | 2-1/18A     | 100                      | 0.93         | 3.18         | 3.64                 | 46.96                 | 0.31          | 0.38         |  |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GERIMAI                                                                        |             |                          |              |              |                      |                       |               |              |  |
| Sezoniniai vaisiai                                                                                           | 18/20 5     | 100                      | 0.70         | 0.00         | 11.10                | 43.00                 | 0.10          | 0.12         |  |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                                      | 18/70 1     | 20                       | 1.48         | 0.32         | 8.56                 | 43.04                 | 0.04          | 0.05         |  |
| Grietinė (30%)                                                                                               |             | 50                       | 1.20         | 15.00        | 1.60                 | 146.00                | 0.36          | 0.43         |  |
| Šaldytos trintos uogos                                                                                       | 18/19       | 50                       | 0.45         | 0.20         | 4.85                 | 23.00                 | 0.11          | 0.13         |  |
| Stalo vanduo paskanintas mėtomis                                                                             | 30/1 1      | 200                      | 0.40         | 0.00         | 1.40                 | 8.00                  | 0.00          | 0            |  |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Kscnija Balkovskaja-Stecko

Direktorė

Dalia Paunksnė

*[Signature]*

Sveikos  
mitybos  
partneris

III savaitė

ANTRADIENIS

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                      |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|-------------|-------------|--------------------|----------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                         |             | Patiekalo maistinė vertė |             |             |                    |                      |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                     | Rp. Nr.     | Išėiga (g)               | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | Energinė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| SRIUBOS                                                                                   |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Žiedinių kopūstų, bulvių ir morkų sriuba su žaliais žirneliais (augalinis) (tausojantis)  | 1-3/83AT 2  | 150/20                   | 1.56        | 3.19        | 6.64               | 62.24                | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                            |             | 20                       | 0.48        | 6.00        | 0.64               | 58.40                | 0.14         | 0.17         |
| KARŠTI PATIEKALAI                                                                         |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Kiaulienos troškiny su morkų griežinėliais (tausojantis)                                  | 11-5/102T4  | 110                      | 19.50       | 11.3        | 5.18               | 200.29               | 1.17         | 1.42         |
| Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis)                                             | 4-5/101AT 4 | 150                      | 2.94        | 7.85        | 13.02              | 134.59               | 0.72         | 0.87         |
| Švediškų kiaulienos kukuliai (tausojantis)                                                | 11-8/1T     | 80                       | 14.48       | 10.4        | 7.29               | 181.15               | 1.01         | 1.22         |
| Orkaitėje kepti žemaičių blynai su kiaulienos mėsa                                        | 5-8/163     | 160                      | 16.72       | 15.07       | 33.20              | 382.40               | 1.76         | 2.13         |
| Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir fermentiniu sūriu 45% (tausojantis)(125/45/10) | 6-5/101T    | 180                      | 9.97        | 11.03       | 39.78              | 298.39               | 1.08         | 1.31         |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                          |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)                                            | 3-3/68 AT   | 100                      | 2.68        | 3.12        | 21.66              | 129.83               | 0.31         | 0.38         |
| Virti pilkyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)                                             | 4-5/104AT   | 100                      | 2.50        | 0.65        | 27.40              | 135.32               | 0.31         | 0.38         |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                         |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)            | 2-1/18A 2   | 90                       | 0.83        | 2.87        | 3.28               | 42.27                | 0.28         | 0.34         |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)         | 18/25 6     | 100                      | 0.40        | 0.40        | 13.00              | 57.20                | 0.40         | 0.48         |
| Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)            | 2-3/59A     | 100                      | 1.57        | 5.07        | 9.48               | 90.04                | 0.31         | 0.38         |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GERIMAI                                                     |             |                          |             |             |                    |                      |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                        | 18/20 5     | 100                      | 1.00        | 0.40        | 23.40              | 92.00                | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                   | 18/70 1     | 20                       | 1.48        | 0.32        | 8.56               | 43.04                | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                            |             | 50                       | 1.20        | 15.00       | 1.60               | 146.00               | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                    | 18/19       | 50                       | 0.45        | 0.20        | 4.85               | 23.00                | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas                                                                  | 30/1 1      | 200                      | 0.00        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 | 0.00         | 0            |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Direktore  
Dalia Paunksnė

*Dalia Paunksnė*

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                    |             |            |             |             |                    |                      |              |              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------------|----------------------|--------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                       |             |            |             |             |                    |                      |              |              |
| Patiekalo maistinė vertė                                                                |             |            |             |             |                    |                      |              |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                   | Rp. Nr.     | Išėiga (g) | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | Energinė vertė, kcal | Kaina be PVM | Kaina su PVM |
| <b>SRIUBOS</b>                                                                          |             |            |             |             |                    |                      |              |              |
| Špinatų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)                        | 1-3/94AT    | 150/20     | 1.29        | 1.52        | 7.88               | 50.35                | 0.21         | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                          |             | 20         | 0.48        | 6.00        | 0.64               | 58.40                | 0.14         | 0.17         |
| <b>KARŠTI PATIEKALAI</b>                                                                |             |            |             |             |                    |                      |              |              |
| Orkaitėje keptas vištienos kepsnelis su traškia kukurūzų dribsnių plutele (tausojantis) | 10-8/181T1  | 100        | 24.54       | 3.00        | 9.23               | 162.74               | 1.26         | 1.52         |
| Orkaitėje keptos daržovės (burokėliai, morkos, cukinija) su saulėgrąžomis (augalinis)   | 4-8/-175AT3 | 137        | 3.25        | 5.66        | 12.86              | 115.34               | 0.66         | 0.8          |
| Vištienos guliašas su morkomis ir pomidorų tyrėje (tausojantis)                         | 10-5/105T   | 140        | 16.59       | 6.00        | 8.66               | 155.21               | 1.61         | 1.95         |
| Orkaitėje apkepti lietiniai blynai su obuolių ir cinamono įdaru (tausojantis)           | 6-6/104 5   | 170        | 8.63        | 9.17        | 32.39              | 282.89               | 2.09         | 2.53         |
| Virti varškėčiai (varškė 9%)(tausojantis)                                               | 7-3/51T     | 130        | 17.23       | 8.14        | 30.18              | 265.82               | 0.65         | 0.79         |
| <b>KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**</b>                                                 |             |            |             |             |                    |                      |              |              |
| Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)                                           | 4-5/104AT   | 100        | 2.50        | 0.65        | 27.40              | 135.32               | 0.31         | 0.38         |
| Virti grikiiai (augalinis)(tausojantis)                                                 | 3-3/53 AT   | 100        | 6.14        | 1.36        | 33.65              | 172.60               | 0.31         | 0.38         |
| <b>SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**</b>                                                |             |            |             |             |                    |                      |              |              |
| Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                    | 2-1/38A     | 100        | 1.00        | 3.18        | 8.76               | 67.82                | 0.31         | 0.38         |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)       | 18/25 6     | 100        | 0.40        | 0.40        | 13.00              | 57.20                | 0.40         | 0.48         |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)                         | 2-1/19A     | 100        | 1.21        | 9.73        | 5.16               | 113.02               | 0.31         | 0.38         |
| <b>VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GERIMAI</b>                                            |             |            |             |             |                    |                      |              |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                      | 18/20 5     | 100        | 0.30        | 0.40        | 15.10              | 59.00                | 0.10         | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                 | 18/70 1     | 20         | 1.48        | 0.32        | 8.56               | 43.04                | 0.04         | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                          |             | 50         | 1.20        | 15.00       | 1.60               | 146.00               | 0.36         | 0.43         |
| Šaldytos trintos uogos                                                                  | 18/19       | 50         | 0.45        | 0.20        | 4.85               | 23.00                | 0.11         | 0.13         |
| Stalo vanduo paskanintas citrinom                                                       | 30/1 1      | 200        | 0.00        | 0.00        | 1.00               | 4.00                 | 0.00         | 0            |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.  
Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Direktorė  
Dalia Paunksnė

*Dalia Paunksnė*

III savaitė

KETVIRTADIENIS

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                        |             |                          |              |              |                      |                        |                |              |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------|--------------|--------------|----------------------|------------------------|----------------|--------------|--|
| Pietūs 11.15 val.                                                                           |             | Patiekalo maistinė vertė |              |              |                      |                        |                |              |  |
| Patiekalo pavadinimas                                                                       | Rp. Nr.     | Išveiga (g)              | baltim ai, g | riebal ai, g | angliav andeni ai, g | Energini è vertė, kcal | Kaina a be PVM | Kaina su PVM |  |
| SRIUBOS                                                                                     |             |                          |              |              |                      |                        |                |              |  |
| Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)     | 1-3/25 AT 2 | 150/20                   | 1.26         | 2.61         | 10.05                | 68.70                  | 0.21           | 0.25         |  |
| Grietinė (30%)                                                                              |             | 20                       | 0.48         | 6.00         | 0.64                 | 58.40                  | 0.14           | 0.17         |  |
| KARSTI PATIEKALAI                                                                           |             |                          |              |              |                      |                        |                |              |  |
| Varškės apkepas su uogomis (tausojantis) (118/22)                                           | 7-8/170T    | 140                      | 18.86        | 19.26        | 21.07                | 334.43                 | 1.54           | 1.86         |  |
| Avinžirnių karis (augalinis)(tausojantis)                                                   | 5-5/108AT2  | 120                      | 7.71         | 3.70         | 19.53                | 136.32                 | 0.60           | 0.73         |  |
| Kiaulienos nugarinės kepsnys su prieskoninėmis žolelėmis(tausojantis)                       | 10-8/200T   | 100                      | 20.95        | 11.8         | 9.00                 | 229.13                 | 1.26           | 1.52         |  |
| Orkaitėje kepti kiaušienos maltinukai su daržovių (morkos, cukinijos, porai) ir sūrio (45%) | 11-7/144T 8 | 90                       | 14.06        | 7.86         | 5.22                 | 147.98                 | 1.03           | 1.25         |  |
| Troškinta kiaušiena su daržovėmis (brokoliai, paprika) (tausojantis)                        | 11-8/169T   | 100                      | 16.36        | 10.86        | 6.06                 | 187.53                 | 1.07           | 1.29         |  |
| Ryžių plovos su kiaušienos mėsa (tausojantis)                                               | 11-8/170T   | 150                      | 19.46        | 16.3         | 23.02                | 316.75                 | 1.65           | 2            |  |
| KARSTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                            |             |                          |              |              |                      |                        |                |              |  |
| Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)                                    | 6-3/61AT    | 100                      | 4.32         | 1.96         | 24.52                | 134.54                 | 0.20           | 0.24         |  |
| Virti pilkyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)                                               | 4-5/104AT   | 100                      | 2.50         | 0.65         | 27.40                | 135.32                 | 0.31           | 0.38         |  |
| SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**                                                           |             |                          |              |              |                      |                        |                |              |  |
| Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)         | 2-1/7A      | 100                      | 1.02         | 5.26         | 5.32                 | 72.76                  | 0.31           | 0.38         |  |
| Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)            | 2-1/35A     | 100                      | 1.18         | 5.28         | 4.36                 | 70.12                  | 0.31           | 0.38         |  |
| Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)           | 18/25 6     | 100                      | 0.40         | 0.40         | 13.00                | 57.20                  | 0.40           | 0.48         |  |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GERIMAI                                                       |             |                          |              |              |                      |                        |                |              |  |
| Sezoniniai vaisiai                                                                          | 18/20 5     | 100                      | 1.00         | 0.40         | 23.40                | 92.00                  | 0.10           | 0.12         |  |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                     | 18/70 1     | 20                       | 1.48         | 0.32         | 8.56                 | 43.04                  | 0.04           | 0.05         |  |
| Grietinė (30%)                                                                              |             | 50                       | 1.20         | 15.00        | 1.60                 | 146.00                 | 0.36           | 0.43         |  |
| Šaldytos trintos uogos                                                                      | 18/19       | 50                       | 0.45         | 0.20         | 4.85                 | 23.00                  | 0.11           | 0.13         |  |
| Stalo vanduo paskanintas uogomis                                                            | 30/1 1      | 200                      | 0.20         | 0.00         | 1.20                 | 6.00                   | 0.00           | 0            |  |

Sveikos  
mitybos  
partneris

Parengė dietiste

Ksenija Baikovskaja-Stecko

Direktorė  
Dalia Paunksnė

*[Signature]*

III savaitė

PENKTADIENIS

| 6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis                                                             |            |            |              |              |                      |                       |               |              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|----------------------|-----------------------|---------------|--------------|
| Pietūs 11.15 val.                                                                                |            |            |              |              |                      |                       |               |              |
| Patiekalo maistinė vertė                                                                         |            |            |              |              |                      |                       |               |              |
| Patiekalo pavadinimas                                                                            | Rp. Nr.    | Išėiga (g) | baltim ai, g | riebal ai, g | angliav andeni ai, g | Energij ė vertė, kcal | Kain a be PVM | Kaina su PVM |
| SRIUBOS                                                                                          |            |            |              |              |                      |                       |               |              |
| Tinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)                                                   | 1-3/42AT   | 150/20     | 1.46         | 2.32         | 11.25                | 71.57                 | 0.21          | 0.25         |
| Grietinė (30%)                                                                                   |            | 20         | 0.48         | 6.00         | 0.64                 | 58.40                 | 0.14          | 0.17         |
| KARŠTI PATIEKALAI                                                                                |            |            |              |              |                      |                       |               |              |
| Orkaitėje keptas kapotas jūros lydekos maltinukas (tausojantis)                                  | 9-7/146T2  | 90         | 18.03        | 4.92         | 6.2                  | 151.25                | 0.91          | 1.1          |
| Orkaitėje kepta daržovių ir pupelių užkepėlė (augalinis) (tausojantis)                           | 5-8/166T   | 250        | 8.40         | 9.80         | 21.80                | 252.90                | 1.20          | 1.45         |
| Orkaitėje kepta žuvies (lydekos) užkepėlė su daržovėmis (bulvės, porai, pomidorai) (tausojantis) | 9-8/167T 1 | 220        | 17.88        | 4.92         | 19.55                | 215.17                | 1.54          | 1.86         |
| Orkaitėje keptos paprikos su ryžių daržovių įdaru ir fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)       | 4-8/182T   | 130        | 5.61         | 7.60         | 15.60                | 153.76                | 0.63          | 0.76         |
| Vanilinis varškės (9%) apkepas (tausojantis)                                                     | 7-8/185T   | 160        | 19.83        | 20.46        | 23.47                | 357.32                | 1.76          | 2.13         |
| KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**                                                                 |            |            |              |              |                      |                       |               |              |
| Orkaitėje keptos bulvės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)                           | 4-8/163AT  | 100        | 2.23         | 5.22         | 20.78                | 139.03                | 0.26          | 0.31         |
| Virti griikiai (augalinis) (tausojantis)                                                         | 3-3/53 AT  | 100        | 6.14         | 1.36         | 33.65                | 172.60                | 0.31          | 0.38         |
| Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)              | 2-1/7A     | 100        | 1.02         | 5.26         | 5.32                 | 72.76                 | 0.31          | 0.38         |
| Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)                 | 2-1/35A    | 100        | 1.18         | 5.28         | 4.36                 | 70.12                 | 0.31          | 0.38         |
| Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)                   | 2-3/59A    | 100        | 1.57         | 5.07         | 9.48                 | 90.04                 | 0.31          | 0.38         |
| Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)                   | 2-1/18A    | 100        | 0.93         | 3.18         | 3.64                 | 46.96                 | 0.31          | 0.38         |
| VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI                                                            |            |            |              |              |                      |                       |               |              |
| Sezoniniai vaisiai                                                                               | 18/20 5    | 100        | 0.40         | 0.00         | 9.90                 | 40.00                 | 0.10          | 0.12         |
| Viso grūdo ruginė duona                                                                          | 18/70 1    | 20         | 1.48         | 0.32         | 8.56                 | 43.04                 | 0.04          | 0.05         |
| Grietinė (30%)                                                                                   |            | 50         | 1.20         | 15.00        | 1.60                 | 146.00                | 0.36          | 0.43         |
| Stalo vanduo paskanintas mėtomis                                                                 | 30/1 1     | 200        | 0.40         | 0.00         | 1.40                 | 8.00                  | 0.00          | 0            |

\*\* Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

*Dalia Paunksnė* Direktorė  
Dalia Paunksnė