



UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ „GRŪSTĖ”

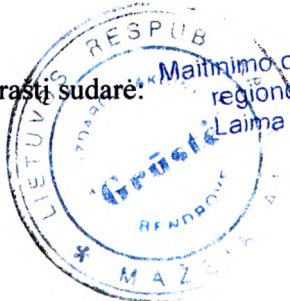

Uždaroji akcinė bendrovė, Naftininkų g.38-2, LT-89132 Mažeikiai, tel. (8 443) 20 300, (8 443) 20 301,

faks. (8 443) 20 303, bankas AB SEB a. s. LT42704406000014862, banko kodas 70440, el. paštas gruste@gruste.lt

Duomenys apie juridinį asmenį kaupiami ir saugomi VĮ „Registrų centras”,

Kodas 166576122 PVM kodas LT665761219

Tvirtinu:

Valgiaraštį sudarė:  Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė 

Tvirtinu:

 
Direktorius
Alvydas Kirvėla

Anykščių r. Svėdasų J. Tumo Vaižganto gimnazija, J. Tumo Vaižganto 103, Svėdasų mstl. Anykščių raj.

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

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7 iki 18 val.

**1 savaitė
Pirmadienis**

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	11	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	84	150	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	20	-	-	-	-
Šviežių kopūstų, svogūnų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	1	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	11	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos troškiny su ankštinėmis daržovėmis (tausojantis)	2	50/100	-	-	-	-
Šviežių kopūstų, svogūnų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	1	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

1.

[Signature]
Direktorius
 Alvydas Kirvelis

Maitinimo organizavimo
 regiono vadovė
 Laima Blažienė

[Signature]

1 savaitė
Antradienis

Pietūs

1 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	1	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	1	120	-	-	-	-
Bulvių košė su šviežiomis daržovėmis (kopūstai, morkos) ir žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	10	80	-	-	-	-
Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12b	100	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

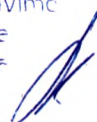
2 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	1	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Mieliniai blynai	67	120	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12b	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2.


Direktorius
Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė



**1 savaitė
Trečiadienis**

Pietūs

**1 variantas
6-10 metų vaikams**


Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepta paukštienos file	31	75	-	-	-	-
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	6	80	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

**2 variantas
6-10 metų vaikams**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Virti varškėčiai (9%)(tausojantis)	82	150	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi (augalinis)	23	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

3.


Direktorius
 Alvydas Kirvaitis

Maitinimo organizavimo
 regiono vadovė
 Laima Blažienė 

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) maltinis	44	75	-	-	-	-
Virtos bulvės (tausojantis)	1	80	-	-	-	-
Burokėlių salotos su pakepintais svogūnais ir aliejumi (augalinis)	16	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
		Iš viso:	-	-	-	-


2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Bulvių plokštainis	47	150	-	-	-	-
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 %) su žalumynais	215	20	-	-	-	-
Burokėlių salotos su pakepintais svogūnais ir aliejumi (augalinis)	16	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
		Iš viso:	-	-	-	-

4.


Direktorius
Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė 

**1 savaitė
Penktadienis**

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	26	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kepti varškėčiai (9%)(tausojantis)	83	120	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	20	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai)(augalinis)	10	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	26	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos plovai (tausojantis)	3	150	-	-	-	-
Daržovių salotos su aliejumi (kopūstai, agurkai, pomidorai)(augalinis)	10	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

5.

Alvydas Kirvėla
Direktorius
 Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
 regiono vadovė
 Laima Blažienė

Laima Blažienė

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

1 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	5	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos maltinis (tausojantis)	35	75	-	-	-	-
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%)	201	80	-	-	-	-
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	11	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	5	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kietagrūdžiai makaronai su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	12	100/30	-	-	-	-
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	11	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

6.


Direktorius
Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė



2 savaitė
Antradienis

Pietūs

1 variantas
6-10 metų vaikams


Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	2	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	203	75(48/27)	-	-	-	-
Virtos bulvės (tausojantis)	1	80	-	-	-	-
Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejumi (augalinis)	204	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
		Iš viso:	-	-	-	-

2 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	2	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	54	105/45	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejumi (augalinis)	204	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
		Iš viso:	-	-	-	-

7.


Directorius
Alvydas Kivėla

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė 

2 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) spygliukai (tausojantis)	87	140	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su aliejumi (augalinis)	5	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

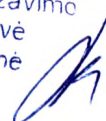
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Troškinta vištiena su daržovėmis (tausojantis)	30	75/30	-	-	-	-
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5	80	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su aliejumi (augalinis)	5	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

8.


Direktorius
Alvydas Kėrvėla

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė



2 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

1 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir kietagrūdžių makaronų sriuba (tausojantis)(augalinis)	205	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies file (jūros lydeka) kepinukai	42	60	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	80	-	-	-	-
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir aliejumi (augalinis)	17	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir kietagrūdžių makaronų sriuba (tausojantis)(augalinis)	205	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Virti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	17a	60	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	80	-	-	-	-
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir aliejumi (augalinis)	17	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

9.


 Maitinimo organizavimo
 regiono vadovė
 Laima Blažienė

Direktorius
 Alvydas Kirvėla

**2 savaitė
Penktadienis**

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su sorų kruopomis (tausojantis)(augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) skryliukai (tausojantis)	77	140	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi (augalinis)	24	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su sorų kruopomis (tausojantis)(augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žirnių, bulvių, morkų troškinys (augalinis)(tausojantis)	10	150	-	-	-	-
Sviesto (82%) – grietinės (30%) padažas	3	20	-	-	-	-
Pekininių kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi (augalinis)	24	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

10.


Direktorius
 Alyudas Kirvė

Maitinimo organizavimo
 regiono vadovė
 Laima Blažienė



3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

1 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių daržovių sriuba su žaliais žirneliais (tausojantis)(augalinis)	12	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Sorų kruopų troškiny su vištienos filė (tausojantis)	206	140(85/55)	-	-	-	-
Morkų- obuolių-porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	14	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

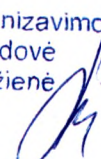
2 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių daržovių sriuba su žaliais žirneliais (tausojantis)(augalinis)	12	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9 %) su aguonomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis)	207	120	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	20	-	-	-	-
Morkų- obuolių-porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	14	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

11.


Direktorius
Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė



3 savaitė
Antradienis

Pietūs

1 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (tausojantis)(augalinis)	3	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos kepsnys	8	75	-	-	-	-
Bulvių košė (tausojantis)	4	80	-	-	-	-
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	209	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (tausojantis)(augalinis)	3	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kietagrūdžiai makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis)	15	135/15	-	-	-	-
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	209	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

12.


Direktorius
Alvydas Kirvė

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė

3 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

1 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (tausojojantis)(augalinis)	15	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) apkepas su sorų kruopomis (tausojojantis)	210	120	-	-	-	-
Trintos uogos su cukrumi	15a	20	-	-	-	-
Kopūstų, konservuotų kukurūzų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	3	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (tausojojantis)(augalinis)	15	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos kepinukai	33	75	-	-	-	-
Biri grikių kruopų košė (tausojojantis)(augalinis)	7	80	-	-	-	-
Kopūstų, konservuotų kukurūzų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	3	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

13.


Direktorius
Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
 regiono vadovė
 Laima Blažienė


3 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

1 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	14	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) šnicelis (tausojantis)	43	75	-	-	-	-
Troškintos daržovės (tausojantis)(augalinis)	11	50	-	-	-	-
Burokėlių salotos su svogūnais, obuoliais ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	22	70	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas
6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	14	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Daržovių troškinys su dešrelėmis (a.r.)(tausojantis)	61	75/75	-	-	-	-
Burokėlių salotos su svogūnais, obuoliais ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	22	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

14.


Direktorius
Alvydas Kirvela

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė



**3 savaitė
Penktadienis**

Pietūs

**1 variantas
6-10 metų vaikams**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	24	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Lietiniai blynai su varške (9%)	70	100/50	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Pupelių, obuolių ir porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	26	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

**2 variantas
6-10 metų vaikams**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	8	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos maltinis su svogūnų ir morkų įdaru (tausojantis)	18	65/15	-	-	-	-
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	201	80	-	-	-	-
Pupelių, obuolių ir porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	26	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

15.


Direktorius
 Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
 regiono vadovė
 Laima Blažienė



4 savaitė
Pirmadienis

Pietūs**1 variantas****6-10 metų vaikams**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	5	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos guliašas (tausojantis)	1	120	-	-	-	-
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	7	80	-	-	-	-
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	209	100	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas**6-10 metų vaikams**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	5	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kukurūzų kruopų apkepas	26	150	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	20	-	-	-	-
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	209	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

16.


Direktorius
Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė



4 savaitė
Antradienis

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojantis)(augalinis)	54	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos troškiny su pupelėmis ir daržovėmis (tausojantis)	6	50/100	-	-	-	-
Morkų-obuolių-porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	14	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojantis)(augalinis)	54	150	-	-	-	-
Grietinė (30%)	14	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Varškės (9%) ir bulvių kukuliai (tausojantis)	14	85/65	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Morkų-obuolių-porų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	14	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

17.


Direktorius
 Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizavimo
 regiono vadovė
 Aima Blažienė

4 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Vištienos kukuliai su varške (9%)(tausojantis)	23	80	-	-	-	-
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5	80	-	-	-	-
Kopūstų, konservuotų kukurūzų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	3	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	16	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Lietiniai su dešrelėmis (a.r.)	74	100/50	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	15	-	-	-	-
Kopūstų, konservuotų kukurūzų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	3	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

18.


Alvydas Kirvėla
Direktorius

Matinimo organizavimo
regiono vadovė
Laima Blažienė



4 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

1 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su sorų kruopomis (tausojantis)(augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Žuvies (jūros lydeka) – pupelių kukulis su ciberžole (tausojantis)	28	80	-	-	-	-
Bulvių košė su šviežiomis daržovėmis (kopūstai, morkos) ir žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	10	80	-	-	-	-
Burokėlių salotos su svogūnais, obuoliais ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	22	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
		Iš viso:	-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su sorų kruopomis (tausojantis)(augalinis)	53	150	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Morkų, avižinių dribsnių, varškės blynai	6	150	-	-	-	-
Saldus natūralaus jogurto (2,5%) padažas	21	20	-	-	-	-
Burokėlių salotos su svogūnais, obuoliais ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	22	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
		Iš viso:	-	-	-	-


Direktorius
Alvydas Kirvėla

Maitinimo organizacijos
regiono vadovė
Laima Blažiienė

4 savaitė
Penktadienis

Pietūs**1 variantas**

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Bulviniai piršteliai su varške (9%)(tausojantis)	58	150	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	20	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su aliejumi (augalinis)	5	90	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

2 variantas

6-10 metų vaikams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)(augalinis)	9	150	-	-	-	-
Natūralus jogurtas (2,5%)	13a	5	-	-	-	-
Duona (ruginė)	1	20	-	-	-	-
Kiaulienos kepinukai	25	75	-	-	-	-
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	201	80	-	-	-	-
Kopūstų ir pomidorų salotos su aliejumi (augalinis)	5	80	-	-	-	-
Vaisiai		100	-	-	-	-
Iš viso:			-	-	-	-

20.