

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

**KINTŲ PAGRINDINĖ MOKYKLA, KURŠIŲ G. 19**

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

**15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Istaigos darbo laikas

Nuo 7.30 iki 18.00 val.



Direktorė  
Dalia Filimonova



Direktorė  
Asta Gužauskienė

  
2023-09-29

1 savaitė - Pirmadienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	120	5,1	3,0	28,1	160
Vyšnios (be kauliukų) (košei)		10	0,1	0,1	1,2	6
Juodos duonos (su saulėgrąžomis) sumuštinis su virta dešra a. r. ir agurkais (tausojantis)	U027.4	16/16/8	1,5	2,4	3,4	41
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,0</b>	<b>5,8</b>	<b>43,2</b>	<b>253</b>

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Daržovių sriuba (kopūstai, žiediniai kopūstai, brokoliai, žirnėliai, paprikos) (tausojantis) (augalinis)	Sr010	100	1,1	1,0	5,5	36
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	K006	42/18	13,2	7,5	4,1	137
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S011	80	1,1	4,2	4,9	62
Stalo vanduo	G009.1	100	0,1	0,0	0,4	2
<b>Iš viso:</b>			<b>19,1</b>	<b>16,0</b>	<b>42,1</b>	<b>389</b>

Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškės spygliukai (tausojantis)	M013	125	15,0	8,4	26,3	241
Jogurtinė grietinė 10%		15	0,5	1,5	0,6	18
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>15,5</b>	<b>9,9</b>	<b>27,0</b>	<b>259</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,7</b>	<b>31,7</b>	<b>112,3</b>	<b>902</b>


 Direktoriė  
 Dalia Filimonova



 Direktoriė  
 Asta Gytė

2025-09-29

1 savaitė - Antradienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška avižinių kruopų košė (tausojantis)	Kr011	120	5,5	2,7	17,6	117
Braškės (košei)		10	0,1	0,0	1,0	5
Sviestas (82 %) (košei)		3	0,0	2,5	0,0	22
Kviečių trapučiai		20	2,2	0,3	15,0	72
Sūris 45% fermentinis		10	2,5	2,6	0,0	33
Sezoninių vaisių lėkštelė	G004	80	0,3	0,3	10,4	46
Arbatžolių arbata su citrina		100	0,0	0,0	2,8	11
Iš viso:			10,7	8,5	46,8	306

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	100	2,1	1,5	8,3	55
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	75/45	13,3	5,3	23,3	194
Jogurtinė grietinė 10%		20	0,7	2,0	0,8	24
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S004	30	0,3	1,6	2,8	27
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	20/20	0,8	0,1	2,9	16
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,3	2
Iš viso:			18,3	10,6	47,1	357

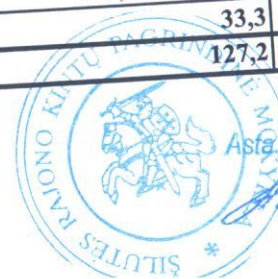
Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	Sr035	250	8,1	9,8	24,6	219
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Sviestas (82 %) (košei)		5	0,0	4,1	0,0	37
Iš viso:			9,2	14,1	33,3	297
Iš viso (dienos davinio):			38,2	33,2	127,2	960



Direktorė

Dalia Filimonova

Direktorė  
Asta Gužauskienė

2025-09-29

1 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška penkių kruopų košė (tausojantis)	K019	120	8,4	2,9	30,1	180
Trintos sezoninės uogos (T), (A)	Se-Pa10	10	0,1	0,0	1,8	8
Grikių trapučiai		10	1,3	0,3	7,0	36
Virta dešra a.r.		10	1,0	2,1	0,1	23
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,7	0,3	9,8	44
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,4</b>	<b>5,6</b>	<b>48,7</b>	<b>291</b>

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100	1,5	1,5	11,6	66
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	100	22,7	5,0	6,9	158
Virtos miežinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr032	90	3,9	0,7	23,1	114
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	65	0,9	2,6	4,0	43
Pjaustyti švieži agurkai (augalinis)	D000.4	30	0,2	0,1	0,7	4
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,5	2
<b>Iš viso:</b>			<b>30,4</b>	<b>10,1</b>	<b>55,5</b>	<b>429</b>

Vakariė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Sr025	200	6,2	7,5	22,4	182
Batonas		20	1,6	0,9	10,4	56
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,8</b>	<b>8,4</b>	<b>32,8</b>	<b>238</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49,6</b>	<b>24,1</b>	<b>137,0</b>	<b>959</b>



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asta Gužauskienė

*[Handwritten signature]*  
2023-09-29

1 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškė (9%) su natūraliu juogurtu (2,5 %) ir uogomis (tausojantis)	U024.2	71/43/36	13,7	8,0	11,1	172
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Sūris 45% fermentinis		20	5,0	5,1	0,0	66
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,7	0,3	9,8	44
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	19,5	13,4	20,9	282

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	100	0,9	0,9	7,5	41
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Plovas su kalakutienu (tausojantis)	P023	78/42	15,6	7,6	23,8	226
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S027	60	0,6	2,5	1,8	32
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,5	2,2
		Iš viso:	18,6	11,3	44,0	352

Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Spelta miltų sklindžiai su obuoliais	M003	80/10	5,8	9,8	29,3	228
Jogurtinė grietinė 10%		15	0,5	1,5	0,6	18
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
		Iš viso:	9,7	13,8	34,8	302
		Iš viso (dienos davinio):	47,7	38,5	99,7	936



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



2025-09-29

1 savaitė - Penktadienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojantis)	Kr023	100	6,0	2,9	20,4	132
Sviestas 82%		3	0,0	2,5	0,0	22
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Varškė 9%		40	6,4	3,6	1,4	64
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>14,2</b>	<b>9,6</b>	<b>42,8</b>	<b>314</b>

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	100	0,9	1,0	5,8	35
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Jūrinių lydekų file kotletai (tausojantis)	Ž013	70	10,0	1,5	8,7	88
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Daržovių (kopūstų, morkų, pomidorų, agurkų) salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	S027	80	0,9	5,0	6,2	73
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>15,5</b>	<b>10,7</b>	<b>48,6</b>	<b>352</b>

Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Keptuvėje kepti varškės blynėliai	V013	100	10,9	12,5	18,5	230
Braškės (trintos, pjaustytos arba kt.)		15	0,1	0,1	1,5	7
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>11,1</b>	<b>12,5</b>	<b>19,9</b>	<b>237</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,7</b>	<b>32,8</b>	<b>111,3</b>	<b>903</b>



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asta Guzauskienė

*[Handwritten signature]*  
2025-09-29

2 savaitė - Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška miežinių kruopų košė (tausojantis)	Kr001	120	6,3	1,7	32,3	170
Sviestas (82 %) (košei)		3	0,0	2,5	0,0	22
Grikių trapučiai		10	1,3	0,3	7,0	36
Sūris 45% fermentinis		10	2,5	2,6	0,0	33
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			10,4	7,4	49,8	307

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	100	0,9	1,0	5,6	35
Viso grūdo ruginė duona	P019	20	1,4	0,3	10,5	50
Kapotos vištienos kepsniukai	Gr013	70	14,6	6,2	3,4	128
Virtos grikių kruopos (tausojantis)		100	4,2	1,0	23,1	119
Šviežių daržovių (agurkų, paprikų, pomidorų, svogūnų) salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	50	0,5	2,7	2,8	37
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,1	1
Iš viso:			21,6	11,2	45,7	370

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	V012	72/58	14,2	10,8	16,9	223
Jogurtinė grietinė 10%		20	0,7	2,0	0,8	24
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			14,9	12,8	17,7	247
Iš viso (dienos davinio):			46,9	31,4	113,2	924



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asta Gužauskienė

*[Handwritten signature]*  
2025-09-29

2 savaitė - Antradienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	M008.1	77/13	8,4	5,5	27,8	195
Viso grūdo ruginė duona		10	0,7	0,1	5,3	25
Virta dešra a.r.		10	1,0	2,1	0,1	23
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>10,5</b>	<b>8,1</b>	<b>43,6</b>	<b>289</b>

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100	1,5	1,5	11,6	66
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti maltos kiaulienos kukuliai su manų kruopomis ir čiobreliais (tausojantis)	Se-K3.1	62/8	18,2	4,7	3,2	128
Bulvių košė su ciberžole ir krapais (tausojantis)	Gr012	100	2,1	2,8	16,5	100
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	90	2,1	6,6	5,8	91
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,7	3
		<b>Iš viso:</b>	<b>25,3</b>	<b>16,0</b>	<b>48,3</b>	<b>438</b>

Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Daržovių (kopūstų, morkų, svogūnų, paprikų ir pomidorų) troškiny su pieniškomis vištienos dešrelėmis (tausojantis)	D048.1	107/23	4,5	5,1	0,0	100
Viso grūdo ruginė duona		30	2,1	0,4	15,8	75
Kefyras 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
		<b>Iš viso:</b>	<b>11,7</b>	<b>9,2</b>	<b>23,2</b>	<b>259</b>
		<b>Iš viso (dienos davinio):</b>	<b>47,5</b>	<b>33,2</b>	<b>115,1</b>	<b>985</b>



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asta Gužauskienė

*[Handwritten signature]*  
2025-09-29



2 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	120	5,1	3,0	28,1	160
Sviestas (82%) (košei)		3	0,0	2,5	0,0	22
Kukurūzų trapučiai		20	1,8	1,1	14,6	73
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>7,3</b>	<b>6,9</b>	<b>53,1</b>	<b>301</b>

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	100	1,4	1,1	9,6	54
Grietinėlėje troškinta kalakutienos filė su morkomis (tausojantis)	P014	70/10	14,4	12,2	3,8	183
Virti plikyti ryžiai (T), (A)	Se-Gr6.1	80	3,0	0,1	26,1	118
Raudongūžių kopūstų salotos su pupelėmis, burokėliais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S021	80	2,1	2,2	10,6	70
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,5	2
<b>Iš viso:</b>			<b>21,0</b>	<b>15,7</b>	<b>50,6</b>	<b>427</b>

Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Virti varškėčiai su grikių sėlenomis (tausojantis)	V001	97/3	15,4	7,8	25,6	234
Avietės		10	0,1	0,1	1,3	6
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>15,5</b>	<b>7,9</b>	<b>26,9</b>	<b>240</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>43,7</b>	<b>30,4</b>	<b>130,7</b>	<b>969</b>



Direktorė  
Dalia Filimonova



2025-09-29

2 savaitė - Ketvirtadienis

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Omletas su žalumynais (tausojantis)	Ki001.2	49/1	5,5	6,3	1,0	83
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Sviestas (82%) (duonai)		5	0,0	4,1	0,0	37
Pomidorų padažas		20	0,4	0,0	4,6	20
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	D000.3	40	0,4	0,1	1,6	9
Sezoninių vaisių lėkštelė		70	0,3	0,3	9,1	40
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>8,0</b>	<b>11,1</b>	<b>26,9</b>	<b>240</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	100	0,9	0,9	7,5	41
Troškintos maltos kiaulienos padažas (tausojantis)	K021	60	7,3	7,8	5,5	121
Virti kvietinių miltų makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010.2	100	5,4	0,6	31,1	152
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S027	80	0,9	3,4	2,4	43
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>14,4</b>	<b>12,7</b>	<b>47,1</b>	<b>361</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Mieliniai blynai	M004	80	5,7	10,8	29,1	236
Jogurtinė grietinė 10%		10	0,3	1,0	0,4	12
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>9,4</b>	<b>14,3</b>	<b>34,4</b>	<b>304</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>31,8</b>	<b>38,1</b>	<b>108,5</b>	<b>904</b>



Direktore  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asfa Gužauskienė

*[Handwritten signature]*  
2025-09-29

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Grikių košė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr027.2	120	6,8	3,6	32,1	188
Grikių trapiukai		10	1,3	0,3	7,0	36
Sūris 45% fermentinis		10	2,5	2,6	0,0	33
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		<b>Iš viso:</b>	<b>10,9</b>	<b>6,8</b>	<b>49,5</b>	<b>303</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Žirnių sriuba su morkomis, svogūnais ir petražolėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr015	100	3,4	1,5	11,6	74
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti menkių filė paplotėliai praturinti maistinėmis grikių sėlenomis (tausojantis)	Ž002	56/4	11,3	6,9	4,8	126
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Baltagūžių kopūstų salotos su morkomis ir porais bei nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojnatis)	S037	80	1,2	4,2	5,2	63
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,1	1
		<b>Iš viso:</b>	<b>19,6</b>	<b>15,8</b>	<b>49,0</b>	<b>416</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Skrebutis pieno ir kiaušinių plakinyje (tausojantis)	U018	60	6,1	3,9	33,0	191
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
		<b>Iš viso:</b>	<b>11,2</b>	<b>7,7</b>	<b>40,3</b>	<b>275</b>
		<b>Iš viso (dienos davinio):</b>	<b>41,6</b>	<b>30,2</b>	<b>138,9</b>	<b>994</b>



Direktorė  
Dalia Filimonaitė

*[Handwritten signature]*



3 savaitė - Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška avižinių kruopų košė (tausojantis)	Kr011	140	6,4	3,2	20,5	136
Sviestas 82%		3	0,0	2,5	0,0	22
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%) ir virta dešra (a.r.)	U072	25/3/12	2,8	4,8	10,7	96
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			9,5	10,8	41,6	300

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	100	0,9	1,0	5,3	34
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje keptas, spelta miltuose paniruotas vištienos maltinukas (tausojantis)	P011	60	14,3	2,2	5,6	99
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	Gr002.1	100	3,8	0,2	32,6	147
Pekino salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S033	80	0,9	5,3	2,9	62
Stalo vanduo	G009.1	100	0,1	0,0	0,6	3
Iš viso:			21,3	8,9	57,5	395

Vakariinė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	Sr049	200	6,1	7,7	19,9	174
Batonas		20		0,9	10,4	56
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			6,1	8,6	30,3	230
Iš viso (dienos davinio):			36,8	28,4	129,4	925



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asta Gužauskienė

*[Handwritten signature]*  
2025-09-29

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška ryžių košė (tausojantis)	Kr003	130	4,6	1,4	28,4	144
Sviestas 82%		5	0,0	4,1	0,0	37
Braškės		10	0,1	0,0	1,0	5
Juodos duonos (su saulėgražomis) sumuštinis su virta dešra a. r. ir agurkais (tausojantis)	U027.4	16/16/8	1,5	2,4	3,4	41
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,8	1,9	9,3	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>6,9</b>	<b>9,8</b>	<b>42,2</b>	<b>285</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	100	2,1	1,4	8,3	55
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepta vištienos filė su krapais ir petražolėmis (tausojantis)	P020	59/1	21,0	1,7	0,4	100
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	Gr013	100	4,2	1,0	23,1	119
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	80	1,8	5,9	5,1	81
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>30,6</b>	<b>10,3</b>	<b>48,1</b>	<b>408</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	M008.1	85/15	9,4	6,1	30,9	216
Kefyras 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
<b>Iš viso:</b>			<b>12,8</b>	<b>8,6</b>	<b>35,8</b>	<b>272</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>50,3</b>	<b>28,7</b>	<b>126,2</b>	<b>964</b>



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asta Gužauskienė

*[Handwritten signature]*  
2025-09-29

3 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Manų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Kr022	125/5	4,1	6,6	15,8	139
Vyšnios be kauliukų (košei)		10	0,1	0,1	1,2	6
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Varškė 9%		30	4,8	2,7	1,1	48
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Arbatžolių arbata su citrina	G004	100	0,0	0,0	2,8	11
<b>Iš viso:</b>			<b>10,7</b>	<b>10,0</b>	<b>41,8</b>	<b>300</b>

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	100	0,9	1,0	5,8	36
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	75/45	13,3	5,3	23,3	194
Jogurtinė grietinė 10%		15	0,5	1,5	0,6	18
Šviežių daržovių (agurkų, paprikų, pomidorų, svogūnų) salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S007	70	0,8	3,7	4,0	52
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,9	4
<b>Iš viso:</b>			<b>16,8</b>	<b>11,8</b>	<b>45,1</b>	<b>354</b>

Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Pieniška miltinių kukulaičių sriuba (tausojantis)	Sr036	200	5,8	7,2	19,3	165
Trapučiai		20	1,7	0,1	16,8	75
<b>Iš viso:</b>			<b>7,5</b>	<b>7,3</b>	<b>36,1</b>	<b>241</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>35,1</b>	<b>29,2</b>	<b>123,0</b>	<b>895</b>


 Direktore  
 Dalia Filimonova



 Direktore  
 Asta Gražauskiene

2025-09-29

3 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Grikių košė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr027.2	120	6,8	3,6	32,1	188
Grikių trapučiai		10	1,3	0,3	7,0	36
Sūris 45% fermentinis		10	2,5	2,6	0,0	33
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
Iš viso:			10,9	6,8	49,5	303

Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	100	1,9	1,0	9,3	54
Juoda duona su saulėgrąžomis		20	1,6	1,8	8,2	55
Kiaulienos gabaliukai troškinti pomidorų padaže (tausojantis)	K006.1	45/15	13,2	5,3	4,4	118
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr017	100	3,2	0,6	24,8	118
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S004	40	0,4	2,1	3,7	35
Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)	S028	40	0,3	2,1	0,9	24
Stalo vanduo	G009.1	100	0,1	0,0	0,7	3
Iš viso:			20,7	12,9	52,1	408

Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	L
Kukurūzų miltų blynai su bananais	M001	60/20	5,1	8,0	22,5	183
Jogurtinė grietinė 10%		15	0,5	1,5	0,6	18
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
Iš viso:			10,7	13,3	30,5	284
Iš viso (dienos davinio):			42,3	32,9	132,1	995



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asta Gužauskienė

2025-09-29

## Pusryčiai ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojantis)	Kr023	110	6,6	3,2	22,5	145
Sviestas 82%		3	0,0	2,5	0,0	22
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Varškė 9%		4	0,6	0,4	0,1	6
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,0</b>	<b>6,7</b>	<b>43,6</b>	<b>270</b>

## Pietūs ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	100	1,4	1,1	9,6	54
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje kepti menkių file maltinukai (tausojantis)	Ž010	60	9,7	6,8	3,9	115
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	S033	65/65	0,9	5,3	2,9	62
Stalo vanduo	G009.1	100	0,0	0,0	0,7	3
<b>Iš viso:</b>			<b>15,6</b>	<b>16,4</b>	<b>44,3</b>	<b>387</b>

## Vakarienė ..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
			L	L	L	
Varškės apkepas (tausojantis)	V016	120	13,7	9,8	15,8	206
Trapučiai		20	1,7	0,1	16,8	75
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>15,4</b>	<b>9,9</b>	<b>32,6</b>	<b>281</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,0</b>	<b>32,9</b>	<b>120,6</b>	<b>939</b>



Direktorė  
Dalia Filimonova

*[Handwritten signature]*



Direktorė  
Asta Gužauskienė

*[Handwritten signature]*  
2025-09-29