UAB SVEIKAS MAISTAS
Uždaroji akcinė bendrovė, Danės g.15, 92117 Klaipėda, tel. +370 669 54459
AB SEB bankas a. s. LT557044090108096052, banko kodas 70440, el. paštas info@sveikas-maistas.lt
Kodas 306495664 PVM kodas LT100016477317

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-10 m. vaikams

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Raseinių r. Viduklės Simono Stanevičiaus gimnazija

Dariaus ir Girėno g. 12, Viduklė 60352

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

Įstaigos darbo laikas
Nuo __ iki__ val.

2025 11 01

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta močiutės kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-51/200/T	200	7,47	5,58	44,02	256,42
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/60/T	60	6,71	9,21	17,52	186,65
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**14,19**	**14,79**	**61,60**	**443,35**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-25/100/T	100	0,76	3,79	5,01	54,69
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Veganiškas plovas su žirneliais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-89/200/T	200	7,82	16,32	42,57	338,02
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/100/T	100	2,58	4,03	1,21	36,13
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**13,07**	**24,64**	**66,39**	**518,19**
		Iš viso (dienos davinio):	**27,26**	**39,43**	**127,99**	**961,54**

Direktorė
Danutė Panukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta močiutės kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-51/200/T	200	7,47	5,58	44,02	256,42
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/60/T	60	6,71	9,21	17,52	186,65
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**14,19**	**14,79**	**61,60**	**443,35**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-25/100/T	100	0,76	3,79	5,01	54,69
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Tradicinis varškės (9%) apkepas (tausojantis)	VRŠP-55/160/T	160	20,89	20,60	21,07	355,18
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**24,39**	**27,43**	**57,99**	**578,94**
		Iš viso (dienos davinio):	**38,58**	**42,22**	**119,59**	**1022,29**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta močiutės kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-51/200/T	200	7,47	5,58	44,02	256,42
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/60/T	60	6,71	9,21	17,52	186,65
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**14,19**	**14,79**	**61,60**	**443,35**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-25/100/T	100	0,76	3,79	5,01	54,69
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos kepinukai (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-214/60/T	60	8,47	18,38	2,55	209,52
Virti grikiai (tausojantis)	GAR-7/60/T	60	1,63	0,03	16,37	96,32
Burokėlių salotos su žirneliais, šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-233/60/T	60	1,29	1,28	17,78	41,30
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**14,06**	**23,98**	**59,31**	**491,18**
		Iš viso (dienos davinio):	**28,25**	**38,77**	**120,91**	**934,53**

Direktorė
Dainutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta močiutės kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-51/200/T	200	7,47	5,58	44,02	256,42
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/60/T	60	6,71	9,21	17,52	186,65
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**14,19**	**14,79**	**61,60**	**443,35**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-25/100/T	100	0,76	3,79	5,01	54,69
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos kotletas (tausojantis) (keptas/troškintas)	KMP-43/60/T	60	11,26	15,05	20,08	264,12
Bulvių košė (tausojantis)	GAR-2/60/T	60	1,25	2,01	8,89	57,98
Kopūstų - morkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-95/60/T	60	0,78	4,93	25,53	109,20
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**15,96**	**26,28**	**77,11**	**575,34**
		Iš viso (dienos davinio):	**30,15**	**41,07**	**138,71**	**1018,69**

Direktorė
Dovilė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas

1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-21/200/T	200	5,40	4,16	52,79	326,08
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/200/T	200	6,80	5,00	9,80	120,00
		Iš viso:	**12,20**	**9,16**	**62,59**	**446,08**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kr. ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-3/100/T	100	1,66	3,08	14,61	92,43
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos kukulis su morkomis (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-1/60/T	60	12,32	6,14	0,80	107,04
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/60/T	60	1,96	0,20	20,17	87,98
Kopūstų salotos su paprikomis ir morkomis, šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-230/60/T	60	0,78	1,97	4,14	33,80
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**18,99**	**22,41**	**57,77**	**508,12**
		Iš viso (dienos davinio):	**31,19**	**31,57**	**120,36**	**954,20**

Direktorė
Danutė Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-21/200/T	200	5,40	4,16	52,79	326,08
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/200/T	200	6,80	5,00	9,80	120,00
		Iš viso:	**12,20**	**9,16**	**62,59**	**446,08**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kr. ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-3/100/T	100	1,66	3,08	14,61	92,43
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Grikių kruopų ir pupelių troškinys su morkomis, svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-81/160/T	160	6,54	9,07	45,61	340,58
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**12,17**	**15,87**	**78,79**	**551,26**
		Iš viso (dienos davinio):	**24,37**	**25,03**	**141,38**	**997,34**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-21/200/T	200	5,40	4,16	52,79	326,08
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/200/T	200	6,80	5,00	9,80	120,00
		Iš viso:	**12,20**	**9,16**	**62,59**	**446,08**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kr. ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-3/100/T	100	1,66	3,08	14,61	92,43
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepta vištienos filė (keptas/troškintas) (tausojantis)	KMP-46/60/T	60	15,35	9,71	4,78	168,99
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/60/T	60	2,74	0,96	15,28	84,03
Pekino kopūstas, šv.agurkas, pomidoras su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-90/60/T	60	0,55	4,91	2,43	52,76
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**22,21**	**19,16**	**54,70**	**487,56**
		Iš viso (dienos davinio):	**34,41**	**28,32**	**117,29**	**933,64**

Direktorė
Daiva Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-21/200/T	200	5,40	4,16	52,79	326,08
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/200/T	200	6,80	5,00	9,80	120,00
		Iš viso:	**12,20**	**9,16**	**62,59**	**446,08**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kr. ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-3/100/T	100	1,66	3,08	14,61	92,43
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Varškės kukuliai su bananais (tausojantis)	VRŠP-58/160/T	160	19,82	9,79	35,81	318,78
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**24,47**	**19,49**	**72,46**	**574,22**
		Iš viso (dienos davinio):	**36,67**	**28,65**	**135,05**	**1020,30**

Direktorė
Danutė Jonukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir razinomis (tausojantis)	KRUOP-27/200/T	200	6,44	6,75	47,18	267,66
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Trintos uogos	PAD-1/20/T	20	0,22	0,10	1,20	8,77
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**11,48**	**16,30**	**55,80**	**405,23**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/100/T	100	0,89	1,92	8,53	52,05
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Virti varškėčiai (9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	VRŠP-1/160/T	160	21,58	9,61	41,03	348,75
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**25,33**	**16,07**	**81,63**	**584,52**
		Iš viso (dienos davinio):	**36,81**	**32,37**	**137,43**	**989,75**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir razinomis (tausojantis)	KRUOP-27/200/T	200	6,44	6,75	47,18	267,66
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Trintos uogos	PAD-1/20/T	20	0,22	0,10	1,20	8,77
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**11,48**	**16,30**	**55,80**	**405,23**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/100/T	100	0,89	1,92	8,53	52,05
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Natūralus kiaulienos kotletas (tausojantis) (keptas/troškintas)	KMP-79/60/T	60	9,72	17,93	9,44	278,79
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/60/T	60	1,12	0,06	10,30	45,49
Morkų salotos su saulėgražomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-112/60/T	60	0,71	4,25	15,18	74,98
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**14,47**	**26,16**	**61,21**	**555,31**
		Iš viso (dienos davinio):	**25,95**	**42,46**	**117,01**	**960,54**

Direktorė
Daiva Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir razinomis (tausojantis)	KRUOP-27/200/T	200	6,44	6,75	47,18	267,66
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Trintos uogos	PAD-1/20/T	20	0,22	0,10	1,20	8,77
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
	Iš viso:		**11,48**	**16,30**	**55,80**	**405,23**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/100/T	100	0,89	1,92	8,53	52,05
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepti žemaičių blynai su lęšių įdaru (augalinis) (tausojantis)	DRŽP-47/160/T	160	8,36	3,79	39,38	223,87
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
	Iš viso:		**12,24**	**18,35**	**69,94**	**492,50**
	Iš viso (dienos davinio):		**23,72**	**34,65**	**125,74**	**897,73**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir razinomis (tausojantis)	KRUOP-27/200/T	200	6,44	6,75	47,18	267,66
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Trintos uogos	PAD-1/20/T	20	0,22	0,10	1,20	8,77
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**11,48**	**16,30**	**55,80**	**405,23**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/100/T	100	0,89	1,92	8,53	52,05
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos guliašas su morkomis (tausojantis)	KMP-19/60/T	60	12,27	16,08	10,41	213,31
Virti grikiai (tausojantis)	GAR-7/60/T	60	1,63	0,03	16,37	96,32
Morkų salotos su saulėgražomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-112/60/T	60	0,71	4,14	3,19	49,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**17,53**	**24,17**	**56,26**	**515,58**
		Iš viso (dienos davinio):	**29,01**	**40,47**	**112,06**	**920,81**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-24/200/T	200	7,06	7,61	34,52	235,16
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra a/r.	UŽK-12/30/T	30	2,40	4,04	8,62	83,73
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**11,54**	**13,20**	**61,63**	**396,19**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/100/T	100	4,06	3,94	13,80	100,74
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos guliašas su morkomis (tausojantis)	KMP-21/60/T	60	16,33	12,28	3,19	197,79
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/60/T	60	2,74	0,96	15,28	84,03
Virtų burokėlių salotos su raugintais kopūstais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis) (tausojantis)	SAL-38/60/T	60	0,87	4,90	5,00	63,26
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**25,91**	**22,58**	**54,87**	**535,17**
		Iš viso (dienos davinio):		**35,78**	**116,50**	**931,36**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-24/200/T	200	7,06	7,61	34,52	235,16
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra a/r.	UŽK-12/30/T	30	2,40	4,04	8,62	83,73
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**11,54**	**13,20**	**61,63**	**396,19**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/100/T	100	4,06	3,94	13,80	100,74
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Viso grūdo kvietinių miltų sklindžiai su obuoliais (keptas)	MLT-85/160/T	160	13,31	12,31	52,20	384,64
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**20,11**	**19,29**	**97,91**	**654,45**
		Iš viso (dienos davinio):	**31,65**	**32,49**	**159,54**	**1050,64**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-24/200/T	200	7,06	7,61	34,52	235,16
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra a/r.	UŽK-12/30/T	30	2,40	4,04	8,62	83,73
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**11,54**	**13,20**	**61,63**	**396,19**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/100/T	100	4,06	3,94	13,80	100,74
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos kukulis su dribsniais (tausojantis)	KMP-123/60/T	60	14,25	9,25	10,04	183,29
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/60/T	60	3,46	0,16	20,90	101,52
Morkų salotos su česnakais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-68/60/T	60	0,35	3,06	3,13	38,18
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**24,03**	**16,91**	**65,47**	**513,08**
		Iš viso (dienos davinio):	**35,57**	**30,11**	**127,10**	**909,27**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-24/200/T	200	7,06	7,61	34,52	235,16
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra a/r.	UŽK-12/30/T	30	2,40	4,04	8,62	83,73
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**11,54**	**13,20**	**61,63**	**396,19**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/100/T	100	4,06	3,94	13,80	100,74
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Grikių kruopų troškinys su morkomis, svogūnais, žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-12/160/T	160	4,49	5,86	39,97	281,41
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**12,52**	**13,52**	**72,34**	**500,40**
		Iš viso (dienos davinio):	**24,06**	**26,72**	**133,97**	**896,59**

Direktorė
Danutė Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su morkomis, svogūnais, žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-93/200/T	200	6,16	4,29	34,86	198,95
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/70/T	70	4,23	7,68	21,27	167,47
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**12,15**	**13,27**	**58,69**	**395,50**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SR-151/100/T	100	1,25	1,95	6,03	44,97
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Pupelių-daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) troškinys (augalinis) (tausojantis)	ADP-3/180/T	180	10,63	17,21	34,37	325,8
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90	2,32	3,63	1,09	32,52
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**16,11**	**23,29**	**59,09**	**492,64**
		Iš viso (dienos davinio):	**28,26**	**36,56**	**117,78**	**888,14**

Direktorė
Daiva Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su morkomis, svogūnais, žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-93/200/T	200	6,16	4,29	34,86	198,95
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/70/T	70	4,23	7,68	21,27	167,47
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**12,15**	**13,27**	**58,69**	**395,50**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SR-151/100/T	100	1,25	1,95	6,03	44,97
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Ryžių- kiaulienos plovas (tausojantis)	KRUOP-40/160/T	160	13,37	20,39	31,04	343,81
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**18,59**	**26,06**	**55,64**	**507,03**
		Iš viso (dienos davinio):	**30,74**	**39,33**	**114,33**	**902,53**

Direktorė
Dangiė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su morkomis, svogūnais, žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-93/200/T	200	6,16	4,29	34,86	198,95
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/70/T	70	4,23	7,68	21,27	167,47
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
	Iš viso:		**12,15**	**13,27**	**58,69**	**395,50**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SR-151/100/T	100	1,25	1,95	6,03	44,97
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Jūros lydekos maltinis su svogūnais ir morkomis (tausojantis) (keptas su garais)	ŽUVP-69/60/T	60	9,51	19,97	10,53	141,81
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,,25	0,22	48,76
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-25/60/T	60	2,53	0,73	26,17	115,13
Virtų burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais, šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis) (tausojantis)	SAL-36/60/T	60	1,48	4,62	7,10	97,80
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
	Iš viso:		**16,86**	**27,77**	**67,65**	**537,82**
	Iš viso (dienos davinio):		**29,01**	**41,04**	**126,34**	**933,32**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su morkomis, svogūnais, žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-93/200/T	200	6,16	4,29	34,86	198,95
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/70/T	70	4,23	7,68	21,27	167,47
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**12,15**	**13,27**	**58,69**	**395,50**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SR-151/100/T	100	1,25	1,95	6,03	44,97
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepti varškėčiai (tausojantis) (keptas su garais)	VRŠP-23/160/T	160	26,48	16,93	19,04	340,26
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**30,47**	**21,92**	**56,98**	**554,30**
		Iš viso (dienos davinio):	**42,62**	**35,19**	**115,67**	**949,80**

Direktorė
Danutė Jankauskienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30/200/T	200	7,96	6,71	31,20	227,76
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/50/T	50	3,03	8,90	17,20	167,60
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**11,00**	**15,61**	**48,46**	**395,64**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis ir kiaušiniais (tausojantis)	SR-28/100/T	100	1,54	5,45	6,12	78,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Grikių ir daržovių (bulvės, morkos, porai, salierai) maltinukai (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-16/160/T	160	8,90	5,83	42,18	244,94
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**14,77**	**25,52**	**67,32**	**539,09**
		Iš viso (dienos davinio):	**25,77**	**41,13**	**115,78**	**934,73**

Direktorė
Daiva Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30/200/T	200	7,96	6,71	31,20	227,76
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/50/T	50	3,03	8,90	17,20	167,60
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**11,00**	**15,61**	**48,46**	**395,64**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis ir kiaušiniais (tausojantis)	SR-28/100/T	100	1,54	5,45	6,12	78,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Varškės (9%) apkepas su ryžių kruopomis (tausojantis)	VRŠP-16/160/T	160	23,07	17,61	19,63	330,44
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**27,35**	**26,10**	**57,66**	**577,89**
		Iš viso (dienos davinio):	**38,35**	**41,71**	**106,12**	**973,53**

Direktorė
Daiva Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30/200/T	200	7,96	6,71	31,20	227,76
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/50/T	50	3,03	8,90	17,20	167,60
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**11,00**	**15,61**	**48,46**	**395,64**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis ir kiaušiniais (tausojantis)	SR-28/100/T	100	1,54	5,45	6,12	78,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos karbonadas (tausojantis)	KMP-18/60/T	60	15,82	8,63	5,48	166,81
Virti grikiai (tausojantis)	GAR-7/60/T	60	1,63	0,03	16,37	96,32
Pekino kopūstas, šv.agurkas, paprika su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-129/60/T	60	0,56	4,94	15,50	85,86
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**21,46**	**19,55**	**61,07**	**516,72**
		Iš viso (dienos davinio):	**32,46**	**35,16**	**109,53**	**912,36**

Direktorė
Danutė Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30/200/T	200	7,96	6,71	31,20	227,76
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/50/T	50	3,03	8,90	17,20	167,60
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**11,00**	**15,61**	**48,46**	**395,64**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis ir kiaušiniais (tausojantis)	SR-28/100/T	100	1,54	5,45	6,12	78,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos kukuliai rausvame padaže (tausojantis)	KMP-294/60/T	60	12,08	11,55	16,72	222,71
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,,25	0,22	48,76
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/60/T	60	1,12	0,06	17,24	45,49
Šviežių kopūstų ir paprikų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejjumi (augalinis)	SAL-234/60/T	60	0,79	5,89	3,26	65,69
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**17,62**	**23,45**	**61,16**	**550,38**
	Iš viso (dienos davinio):		**28,62**	**39,06**	**109,62**	**946,02**

Direktorė
Danutė Jonukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-90/200/T	200	4,87	5,19	40,39	218,08
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/60/T	60	6,71	9,21	17,52	186,65
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,47
		Iš viso:	**11,63**	**14,45**	**65,11**	**428,20**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tirnta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/100/T	100	1,04	1,97	7,39	47,01
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištiena kepta su daržovėmis (morkos, svogūnai, kukurūzai, paprika) (tausojantis)	KMP-296/60/T	60	8,20	5,78	5,20	114,42
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/60/T	60	1,96	0,20	20,17	87,98
Virtų burokėlių salotos su žirneliais, raugintais agurkais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-21/60/T	60	1,18	4,24	6,04	61,23
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**14,65**	**23,21**	**56,85**	**497,51**
		Iš viso (dienos davinio):	**26,28**	**37,66**	**121,96**	**925,71**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-90/200/T	200	4,87	5,19	40,39	218,08
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/60/T	60	6,71	9,21	17,52	186,65
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,47
		Iš viso:	**11,63**	**14,45**	**65,11**	**428,20**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tirnta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/100/T	100	1,04	1,97	7,39	47,01
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Pupelių ir daržovių (pomidorai, morkos) troškinys su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	ADP-5/180/T	180	9,54	14,53	39,62	320,41
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90	2,32	3,63	1,09	32,52
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**14,81**	**20,63**	**65,70**	**489,29**
		Iš viso (dienos davinio):	**26,44**	**35,08**	**130,81**	**917,49**

Direktorė
Dovilė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-90/200/T	200	4,87	5,19	40,39	218,08
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/60/T	60	6,71	9,21	17,52	186,65
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,47
		Iš viso:	**11,63**	**14,45**	**65,11**	**428,20**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tirnta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/100/T	100	1,04	1,97	7,39	47,01
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos kukuliai su varške (9%) (tausojantis)	KMP-122/60/T	60	17,28	12,39	1,73	187,28
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/60/T	60	2,74	0,96	15,28	84,03
Morkų ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-77/60/T	60	0,37	6,25	14,08	95,66
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**23,34**	**22,07**	**56,08**	**503,33**
		Iš viso (dienos davinio):	**34,97**	**36,52**	**121,19**	**931,53**

Direktorė
Danutė Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-90/200/T	200	4,87	5,19	40,39	218,08
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/60/T	60	6,71	9,21	17,52	186,65
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,47
		Iš viso:	**11,63**	**14,45**	**65,11**	**428,20**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tirnta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/100/T	100	1,04	1,97	7,39	47,01
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Mieliniai blynai (keptas)	MLT-9/160/T	160	14,58	15,11	50,56	411,37
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**18,36**	**20,12**	**89,86**	**627,45**
		Iš viso (dienos davinio):	**29,99**	**34,57**	**154,97**	**1055,65**

Direktorė
Dantė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-2/200/T	200	6,69	4,48	33,23	203,90
Grietinė (30%)	PAD-11/10/T	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos	PAD-1/10/T	10	0,11	0,05	0,60	4,39
Sumuštinukai (batonas su sviestu)	UŽK-166/30/T	30	2,02	5,26	13,02	106,20
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**13,40**	**16,24**	**53,96**	**413,99**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-118/100/T	100	1,66	1,98	9,89	63,32
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Varškės (9%) kukulaičiai su bulvėmis (virtas) (tausojantis)	VRŠP-15/160/T	160	15,81	8,21	22,78	227,61
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**20,46**	**22,83**	**54,70**	**507,51**
		Iš viso (dienos davinio):	**33,86**	**39,07**	**108,66**	**921,50**

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

Direktorė
Danutė Jankienė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-2/200/T	200	6,69	4,48	33,23	203,90
Grietinė (30%)	PAD-11/10/T	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos	PAD-1/10/T	10	0,11	0,05	0,60	4,39
Sumuštinukai (batonas su sviestu)	UŽK-166/30/T	30	2,02	5,26	13,02	106,20
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**13,40**	**16,24**	**53,96**	**413,99**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-118/100/T	100	1,66	1,98	9,89	63,32
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos šnicelis (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-38/60/T	60	9,96	14,95	12,43	224,10
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-25/60/T	60	2,53	0,73	26,17	115,13
Kopūstų - morkų salotos su kmynais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-192/60/T	60	0,92	2,00	4,32	34,11
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**17,10**	**21,66**	**70,57**	**540,66**
		Iš viso (dienos davinio):	**30,50**	**37,90**	**124,53**	**954,65**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-2/200/T	200	6,69	4,48	33,23	203,90
Grietinė (30%)	PAD-11/10/T	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos	PAD-1/10/T	10	0,11	0,05	0,60	4,39
Sumuštinukai (batonas su sviestu)	UŽK-166/30/T	30	2,02	5,26	13,02	106,20
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**13,40**	**16,24**	**53,96**	**413,99**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-118/100/T	100	1,66	1,98	9,89	63,32
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Grikių troškinys su daržovėmis (morkos, svogūnai, kopūstai, cukinija, moliūgai pupelės) (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-8/180/T	180	6,53	14,55	46,98	305,17
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90	2,32	3,63	1,09	32,52
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
		Iš viso:	**12,54**	**22,16**	**75,72**	**505,01**
		Iš viso (dienos davinio):	**25,94**	**38,40**	**129,68**	**919,00**

Direktorė
Danutė Panukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-2/200/T	200	6,69	4,48	33,23	203,90
Grietinė (30%)	PAD-11/10/T	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos	PAD-1/10/T	10	0,11	0,05	0,60	4,39
Sumuštinukai (batonas su sviestu)	UŽK-166/30/T	30	2,02	5,26	13,02	106,20
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
	Iš viso:		**13,40**	**16,24**	**53,96**	**413,99**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-118/100/T	100	1,66	1,98	9,89	63,32
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	KMP-298/60/T	60	7,59	19,15	1,92	209,87
Virti grikiai (tausojantis)	GAR-7/60/T	60	1,63	0,03	16,37	96,32
Kopūstų - pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-201/60/T	60	0,87	1,32	25,55	79,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
	Iš viso:		**13,78**	**24,48**	**71,49**	**552,61**
	Iš viso (dienos davinio):		**27,18**	**40,72**	**125,45**	**966,60**

Direktorė
Dainė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-5/200/T	200	4,51	3,67	31,87	222,16
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/40/T	40	2,39	5,04	10,70	95,83
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**8,98**	**10,26**	**61,06**	**395,29**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kaimiška bulvienė (tausojantis)	SR-172/100/T	100	1,22	2,40	9,52	63,13
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos šlaunelių kukulis su morkomis ir brokoliu (tausojantis)	KMP-315/60/T	60	9,37	7,86	7,15	133,69
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/60/T	60	2,74	0,96	15,28	84,03
Šviežių daržovių salotos (pekino kopūstai, ridikėliai, agurkai) su šato spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-181/60/T	60	0,55	4,61	17,04	82,15
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**16,15**	**26,85**	**67,04**	**549,87**
		Iš viso (dienos davinio):	**25,13**	**37,11**	**128,10**	**945,16**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-5/200/T	200	4,51	3,67	31,87	222,16
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/40/T	40	2,39	5,04	10,70	95,83
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**8,98**	**10,26**	**61,06**	**395,29**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kaimiška bulvienė (tausojantis)	SR-172/100/T	100	1,22	2,40	9,52	63,13
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Avižiniai sklindžiai su varške (9%) (keptas)	MLT-106/160/T	160	17,75	17,28	38,09	373,95
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**21,71**	**22,72**	**79,52**	**606,15**
		Iš viso (dienos davinio):	**30,69**	**32,98**	**140,58**	**1001,44**

Direktorė
Danutė Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-5/200/T	200	4,51	3,67	31,87	222,16
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/40/T	40	2,39	5,04	10,70	95,83
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
	Iš viso:		**8,98**	**10,26**	**61,06**	**395,29**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kaimiška bulvienė (tausojantis)	SR-172/100/T	100	1,22	2,40	9,52	63,13
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kapotos vištienos kepinukai (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-48/60/T	60	8,39	8,99	3,95	140,01
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/60/T	60	3,46	0,16	20,90	101,52
Šviežių pomidorų ir agurkų salotos su nesaldintu jogurtu 2,5% (A)	SAL-116/60/T	60	0,83	0,40	2,26	14,42
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
	Iš viso:		**16,17**	**22,97**	**54,68**	**505,95**
	Iš viso (dienos davinio):		**25,15**	**33,23**	**115,74**	**901,24**

Direktorė
Danutė Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-5/200/T	200	4,51	3,67	31,87	222,16
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/40/T	40	2,39	5,04	10,70	95,83
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**8,98**	**10,26**	**61,06**	**395,29**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kaimiška bulvienė (tausojantis)	SR-172/100/T	100	1,22	2,40	9,52	63,13
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Viso grūdo makaronai su troškintomis daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	MLT-108/160/T	160	7,42	13,00	40,11	312,06
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**12,61**	**19,12**	**68,20**	**493,44**
		Iš viso (dienos davinio):	**21,59**	**29,38**	**129,26**	**888,73**

Direktorė
Dainutė Jankienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su tarkuotomis bulvėmis (tausojantis)	KRUOP-29/200/T	200	5,48	6,74	26,88	189,92
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4/35/T	35	1,46	2,32	11,08	68,80
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**8,88**	**15,61**	**40,74**	**336,56**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) su pienu (tausojantis)	SR-85/100/T	100	1,63	4,43	6,26	71,14
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Bulvių plokštainis (augalinis)	DRŽP-111/160/T	160	7,13	12,45	48,68	334,60
Skystas pieno (2,5%) padažas	PAD-26/20/T	20	0,84	1,36	1,63	22,31
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**13,57**	**21,96**	**75,14**	**546,30**
		Iš viso (dienos davinio):	**22,45**	**37,57**	**115,88**	**882,86**

Direktorė
Dovilė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
2 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su tarkuotomis bulvėmis (tausojantis)	KRUOP-29/200/T	200	5,48	6,74	26,88	189,92
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4/35/T	35	1,46	2,32	11,08	68,80
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**8,88**	**15,61**	**40,74**	**336,56**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) su pienu (tausojantis)	SR-85/100/T	100	1,63	4,43	6,26	71,14
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Ryžių plovas su vištienos mėsa (tausojantis)	KRUOP-72/160/T	160	21,94	17,97	41,03	369,87
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**27,54**	**26,12**	**65,86**	**559,26**
		Iš viso (dienos davinio):	**36,42**	**41,73**	**106,60**	**895,82**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su tarkuotomis bulvėmis (tausojantis)	KRUOP-29/200/T	200	5,48	6,74	26,88	189,92
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4/35/T	35	1,46	2,32	11,08	68,80
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**8,88**	**15,61**	**40,74**	**336,56**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) su pienu (tausojantis)	SR-85/100/T	100	1,63	4,43	6,26	71,14
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Žuvies (jūros lydekos filė) piršteliai su sezamo sėklomis (tausojantis) (keptas su garais)	ŽUVP-17/60/T	60	14,60	29,02	7,04	199,65
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,,25	0,22	48,76
Virtos apkeptos bulvės su kmynais (augalinis) (tausojantis)	GAR-8/60/T	60	1,15	3,10	11,56	116,72
Burokėlių salotos su porais, šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-231/60/T	60	1,06	4,28	11,94	85,16
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**20,53**	**26,40**	**54,62**	**610,78**
		Iš viso (dienos davinio):	**29,41**	**42,01**	**95,36**	**947,34**

Direktorė
Danutė Jonukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su tarkuotomis bulvėmis (tausojantis)	KRUOP-29/200/T	200	5,48	6,74	26,88	189,92
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4/35/T	35	1,46	2,32	11,08	68,80
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**8,88**	**15,61**	**40,74**	**336,56**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) su pienu (tausojantis)	SR-85/100/T	100	1,63	4,43	6,26	71,14
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepti kukurūziniai varškėčiai (9%) (tausojantis)	VRŠP-56/160/T	160	23,93	13,71	35,33	365,49
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**28,30**	**21,18**	**73,50**	**605,70**
		Iš viso (dienos davinio):	**37,18**	**36,79**	**114,24**	**942,26**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-31/200/T	200	6,91	5,43	39,82	231,72
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir servelatu a/r.	UŽK-12/60/T	60	4,50	8,01	17,36	166,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**11,42**	**13,44**	**57,24**	**398,40**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5%) daržovių sriuba (bulvės, morkos, šv. kopūstai, ž. žirneliai) (tausojantis)	SR-43/100/T	100	2,83	3,23	8,12	71,35
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Žirnių šustinė (troškintas) (tausojantis)	ADP-11/180/T	180	9,12	17,46	34,98	318,25
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90	2,32	3,63	1,09	32,52
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**16,18**	**24,82**	**61,79**	**511,47**
		Iš viso (dienos davinio):	**27,60**	**38,26**	**119,03**	**909,87**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-31/200/T	200	6,91	5,43	39,82	231,72
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir servelatu a/r.	UŽK-12/60/T	60	4,50	8,01	17,36	166,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**11,42**	**13,44**	**57,24**	**398,40**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5%) daržovių sriuba (bulvės, morkos, šv. kopūstai, ž. žirneliai) (tausojantis)	SR-43/100/T	100	2,83	3,23	8,12	71,35
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Purus varškės pudingas (tausojantis)	VRŠP-54/160/T	160	20,84	19,73	24,71	351,85
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**26,41**	**26,00**	**64,74**	**592,27**
		Iš viso (dienos davinio):	**37,83**	**39,44**	**121,98**	**990,67**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-31/200/T	200	6,91	5,43	39,82	231,72
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir servelatu a/r.	UŽK-12/60/T	60	4,50	8,01	17,36	166,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**11,42**	**13,44**	**57,24**	**398,40**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5%) daržovių sriuba (bulvės, morkos, šv. kopūstai, ž. žirneliai) (tausojantis)	SR-43/100/T	100	2,83	3,23	8,12	71,35
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-39/60/T	60	11,13	15,05	4,76	199,49
Virti grikiai (tausojantis)	GAR-7/60/T	60	1,63	0,03	16,37	96,32
Kopūstų, pomidorų, agurkų ir paprikų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-7/60/T	60	0,69	4,96	15,67	82,65
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**18,19**	**23,77**	**62,52**	**539,16**
		Iš viso (dienos davinio):	**29,61**	**37,21**	**119,76**	**937,56**

Direktorė
Dainė Jankukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-31/200/T	200	6,91	5,43	39,82	231,72
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir servelatu a/r.	UŽK-12/60/T	60	4,50	8,01	17,36	166,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,28
		Iš viso:	**11,42**	**13,44**	**57,24**	**398,40**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5%) daržovių sriuba (bulvės, morkos, šv. kopūstai, ž. žirneliai) (tausojantis)	SR-43/100/T	100	2,83	3,23	8,12	71,35
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Balandėliai su kiauliena su grietines (30%) ir pom. padažu (tausojantis)	DRŽP-37/80/T	80	6,10	14,37	29,47	237,43
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/80/T	80	1,50	0,08	13,73	60,65
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**14,40**	**21,40**	**69,89**	**487,68**
		Iš viso (dienos davinio):	**25,82**	**34,84**	**127,13**	**886,08**

Direktorė
Danutė Ponukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	KRUOP-91/200/T	200	7,91	6,00	38,76	238,52
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/40/T	40	2,39	5,04	10,70	95,83
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,47
	Iš viso:		**10,35**	**11,09**	**56,66**	**357,82**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-31/100/T	100	1,21	3,01	10,58	73,37
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Garuose virti vištienos kukuliai (tausojantis)	KMP-227/60/T	60	9,45	3,88	7,85	110,98
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/60/T	60	1,96	0,20	20,17	87,98
Morkų - kukurūzų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-155/60/T	60	0,50	3,09	4,97	46,47
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
	Iš viso:		**15,39**	**21,20**	**61,62**	**505,67**
	Iš viso (dienos davinio):		**25,74**	**32,29**	**118,28**	**863,49**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	KRUOP-91/200/T	200	7,91	6,00	38,76	238,52
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/40/T	40	2,39	5,04	10,70	95,83
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,47
		Iš viso:	**10,35**	**11,09**	**56,66**	**357,82**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-31/100/T	100	1,21	3,01	10,58	73,37
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Įdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	DRŽP-65/160/T	160	7,20	14,75	33,03	296,40
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,,25	0,22	48,76
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**12,56**	**21,48**	**62,40**	**536,78**
		Iš viso (dienos davinio):	**22,91**	**32,57**	**119,06**	**894,60**

Direktorė
Dovilė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	KRUOP-91/200/T	200	7,91	6,00	38,76	238,52
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/40/T	40	2,39	5,04	10,70	95,83
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,47
		Iš viso:	**10,35**	**11,09**	**56,66**	**357,82**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-31/100/T	100	1,21	3,01	10,58	73,37
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepta vištienos šlaunelė (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-304/60/T	60	17,37	10,31	1,06	177,88
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/60/T	60	2,74	0,96	15,28	84,03
Šviežių pomidorų ir agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	SAL-116/60/T	60	0,83	0,40	10,11	19,70
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**24,42**	**25,70**	**55,08**	**541,85**
		Iš viso (dienos davinio):	**34,77**	**36,79**	**111,74**	**899,67**

Direktorė
Danutė Jonukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	KRUOP-91/200/T	200	7,91	6,00	38,76	238,52
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/40/T	40	2,39	5,04	10,70	95,83
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,47
		Iš viso:	**10,35**	**11,09**	**56,66**	**357,82**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-31/100/T	100	1,21	3,01	10,58	73,37
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Viso grūdo miltiniai blynai su varške (9%) ir kefyru (2,5%) (keptas)	MLT-15/160/T	160	15,36	13,07	44,96	373,89
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**19,56**	**22,70**	**77,58**	**610,27**
		Iš viso (dienos davinio):	**29,91**	**33,79**	**134,24**	**968,09**

Direktorė
Dovilė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (tausojantis)	KRUOP-33/200/T	200	9,96	9,94	35,24	261,16
Sumuštinukai (batonas su sviestu)	UŽK-166/30/T	30	2,02	5,26	13,02	106,20
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**16,32**	**18,65**	**55,06**	**437,56**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su šv. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/100/T	100	0,66	1,91	4,19	34,57
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Varškėčiai (9%) su kukurūzų miltais (tausojantis)	VRŠP-53/160/T	160	24,96	15,62	24,97	343,89
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**28,48**	**22,07**	**61,23**	**562,18**
		Iš viso (dienos davinio):	**44,80**	**40,72**	**116,29**	**999,74**

Direktorė
Daiva Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (tausojantis)	KRUOP-33/200/T	200	9,96	9,94	35,24	261,16
Sumuštinukai (batonas su sviestu)	UŽK-166/30/T	30	2,02	5,26	13,02	106,20
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**16,32**	**18,65**	**55,06**	**437,56**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su šv. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/100/T	100	0,66	1,91	4,19	34,57
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiauliena su troškintais šv. kopūstais (tausojantis)	KMP-30/120/T	120	17,28	20,22	31,26	336,22
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/60/T	60	1,12	0,06	10,30	45,49
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**21,09**	**24,19**	**63,51**	**520,28**
	Iš viso (dienos davinio):		**37,41**	**42,84**	**118,57**	**957,84**

Direktorė
Dangutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (tausojantis)	KRUOP-33/200/T	200	9,96	9,94	35,24	261,16
Sumuštinukai (batonas su sviestu)	UŽK-166/30/T	30	2,02	5,26	13,02	106,20
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
		Iš viso:	**16,32**	**18,65**	**55,06**	**437,56**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su šv. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/100/T	100	0,66	1,91	4,19	34,57
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Grikių kotletai (tausojantis) (keptas su garais)	KRUOP-47/160/T	160	13,06	19,08	32,60	395,38
Skystas pieno (2,5%) padažas	PAD-26/20/T	20	0,84	1,36	1,63	22,31
Daržovių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (pekininiai kop., morkos, šv. agurkai, šv.pomidorai, paprika) (augalinis)	SAL-2/80/T	80	0,73	1,76	2,97	25,89
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**17,32**	**26,11**	**59,15**	**582,15**
		Iš viso (dienos davinio):	**33,64**	**44,76**	**114,21**	**1019,71**

Direktorė
Danutė Jonukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (tausojantis)	KRUOP-33/200/T	200	9,96	9,94	35,24	261,16
Sumuštinukai (batonas su sviestu)	UŽK-166/30/T	30	2,02	5,26	13,02	106,20
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,20
	Iš viso:		**16,32**	**18,65**	**55,06**	**437,56**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su šv. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/100/T	100	0,66	1,91	4,19	34,57
Grietinė (30%)	PAD-11/5	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos kukulaičiai troškinti daržovių - grietinės padaže (tausojantis)	KMP-295/60/T	60	10,63	12,80	15,67	224,32
Virti grikiai (tausojantis)	GAR-7/60/T	60	1,63	0,03	16,37	96,32
Kopūstų - morkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-95/60/T	60	0,78	1,91	3,10	28,57
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
	Iš viso:		**15,73**	**18,65**	**57,09**	**487,78**
	Iš viso (dienos davinio):		**32,05**	**37,30**	**112,15**	**925,34**

Direktorė
Dominyka Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-39/200/T	200	8,04	7,73	38,04	264,30
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4/35/T	35	1,46	2,32	11,08	68,80
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**11,58**	**11,60**	**67,61**	**410,40**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais ir paprika (augalinis) (tausojantis)	SR-173/100/T	100	0,88	3,82	5,43	59,48
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Traški vištienos file (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-355/60/T	60	13,49	7,00	9,53	167,17
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/60/T	60	2,74	0,96	15,28	84,03
Pekino kopūstų, šv.agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-66/60/T	60	0,56	3,71	2,24	40,81
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**20,04**	**26,55**	**52,67**	**548,64**
		Iš viso (dienos davinio):	**31,62**	**38,15**	**120,28**	**959,04**

Direktorė
Danutė Januškienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-39/200/T	200	8,04	7,73	38,04	264,30
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4/35/T	35	1,46	2,32	11,08	68,80
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**11,58**	**11,60**	**67,61**	**410,40**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais ir paprika (augalinis) (tausojantis)	SR-173/100/T	100	0,88	3,82	5,43	59,48
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Viso grūdo blyneliai su kefyru (2,5%) (keptas)	MLT-21/160/T	160	17,55	12,60	52,01	409,73
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,12	1,21	5,24	32,33
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**21,06**	**18,25**	**84,10**	**605,95**
		Iš viso (dienos davinio):	**32,64**	**29,85**	**151,71**	**1016,35**

Direktorė
Danutė Jonukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-39/200/T	200	8,04	7,73	38,04	264,30
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4/35/T	35	1,46	2,32	11,08	68,80
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
		Iš viso:	**11,58**	**11,60**	**67,61**	**410,40**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais ir paprika (augalinis) (tausojantis)	SR-173/100/T	100	0,88	3,82	5,43	59,48
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kreminė vištiena su morkonis ir žirneliais (tausojantis)	KMP-297/60/T	60	10,56	11,85	2,47	162,55
Skystas pieno padažas su daržovėmis	PAD-83/20/T	20	0,75	1,78	1,55	25,01
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/60/T	60	3,46	0,16	20,90	101,52
Raudongūžio kopūsto salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-140/60/T	60	0,82	3,04	9,60	52,77
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**18,38**	**21,15**	**57,55**	**490,68**
		Iš viso (dienos davinio):	**29,96**	**32,75**	**125,16**	**901,08**

Direktorė
Daiva Jonukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-39/200/T	200	8,04	7,73	38,04	264,30
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	UŽK-4/35/T	35	1,46	2,32	11,08	68,80
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,30
	Iš viso:		**11,58**	**11,60**	**67,61**	**410,40**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais ir paprika (augalinis) (tausojantis)	SR-173/100/T	100	0,88	3,82	5,43	59,48
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Perlinių kruopų troškinys su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-11/180/T	180	10,82	4,01	80,45	346,62
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90	2,32	3,63	1,09	32,52
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
	Iš viso:		**16,29**	**22,48**	**105,02**	**625,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**27,87**	**34,08**	**172,63**	**1035,89**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
1 variantas
3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veganiška kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-92/200/T	200	7,34	11,02	42,06	297,47
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/45/T	45	3,00	4,77	17,16	130,40
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**12,10**	**17,09**	**61,78**	**456,95**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/100/T	100	0,77	3,78	5,25	56,49
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Daržovių apkepas (tausojantis) (keptas su garais)	DRŽP-56/160/T	160	6,77	17,69	33,23	317,36
Skystas pieno padažas su daržovėmis	PAD-83/20/T	20	0,75	1,78	1,55	25,01
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**12,26**	**26,97**	**58,60**	**517,11**
		Iš viso (dienos davinio):	**24,36**	**44,06**	**120,38**	**974,06**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
2 variantas
3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veganiška kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-92/200/T	200	7,34	11,02	42,06	297,47
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/45/T	45	3,00	4,77	17,16	130,40
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**12,10**	**17,09**	**61,78**	**456,95**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/100/T	100	0,77	3,78	5,25	56,49
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos plovas su daržovėmis (tausojantis)	KRUOP-86/160/T	160	10,93	16,85	31,60	313,64
Rauginti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**15,67**	**24,35**	**55,42**	**488,38**
		Iš viso (dienos davinio):	**27,77**	**41,44**	**117,20**	**945,33**

Direktorė
Dalutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
3 variantas
3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veganiška kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-92/200/T	200	7,34	11,02	42,06	297,47
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/45/T	45	3,00	4,77	17,16	130,40
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**12,10**	**17,09**	**61,78**	**456,95**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/100/T	100	0,77	3,78	5,25	56,49
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Žuvies (lašišos) maltinis (keptas su garais) (tausojantis)	ŽUVP-118/60/T	60	11,54	10,16	9,98	180,88
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-25/60/T	60	2,53	0,73	26,17	115,13
Burokėlių ir žaliųjų žirnelių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-93/60/T	60	1,62	6,90	7,29	90,08
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**18,37**	**22,07**	**66,29**	**531,93**
		Iš viso (dienos davinio):	**30,47**	**39,16**	**128,07**	**988,88**

Direktorė
Danutė Janukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė

6-10 metų vaikų valgiaraštis
4 variantas
3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 7.50

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veganiška kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-92/200/T	200	7,34	11,02	42,06	297,47
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/45/T	45	3,00	4,77	17,16	130,40
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,08
		Iš viso:	**12,10**	**17,09**	**61,78**	**456,95**

Pietūs 10.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/100/T	100	0,77	3,78	5,25	56,49
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Viso grūdo mieliniai varškės blynai (keptas)	MLT-107/160/T	160	17,86	16,71	54,47	454,87
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20	0,23	2,42	10,49	64,66
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/80/T	80	0,60	0,12	3,82	15,06
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/80T	80	0,40	0,16	8,56	41,12
Vanduo su citrina	GĖR-1/150/T	150	0,03	0,02	0,48	1,63
		Iš viso:	**21,37**	**23,53**	**91,63**	**680,43**
		Iš viso (dienos davinio):	**33,47**	**40,62**	**153,41**	**1137,38**

Direktorė
Danutė Žanukienė

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo regiono vadovė