

TVIRTINU

 Direktorius
Darius Binkus
2020-08-28
Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

VŠĮ „Bruneros“ Jonavos skyrius

Jonavos rajono Ruklos Jono Stanislauko mokykla – daugiafunkcis centras

Laumės g. 8, Ruklos mstl., Jonavos raj.

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 m. ir vyresni

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo iki val.

I savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028484

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni), Porcija 1 žmogui
Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė (tausojantis)	IKRUOPN-14A	250 g.	7,48	2,64	38,20	211,77
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-16A	40/5/25 g.	5,87	7,47	22,06	173,88
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,38	14,21	60,3	422,8

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Energinė vertė kcal
Vištienos kepsneliai	AKMP-PNV-2	80 g.	241,26
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3B	150 g.	207,28
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139E	90 g.	37,73
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21B	30 g.	23,62
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8B	150 g.	79,50
			589,39

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Energinė vertė kcal
Zaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	54,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Virta dešrelė(aukšč.r. (tausojantis)	AKMPN-54	90 g.	239,40
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3B	150 g.	207,28
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139H	120 g.	50,32
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			699,47

Direktorius
Darius Močiūnas



Mitybos eksp. vadovė
Virginija Katkauskienė



Puslapis 1.

I savaitė antradienis

Dokumento serija NR. 028485

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui
Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-16A	250 g.	8,25	3,55	35,56	207,68
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1B	45 g.	3,99	7,05	19,66	152,91
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			12,67	15,1	68,26	450,74

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Energinė vertė kcal
Kiaulienos kepsnys su kmyrais	AKMP-PNV-12E	80 g.	307,31
Ryžių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GOARN-6B	150 g.	131,69
Salierų, morkų, obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5B	50 g.	22,39
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12A	70 g.	53,48
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			661,87

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Kiaulienos plovas troškintas (tausojantis)	AKMPN-88C	50/200 g.	410,17
Salierų, morkų, obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5B	50 g.	22,39
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis)	GSALN-12S	80 g.	61,33
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			757,14

Dietologas
Darius Mockius



Mitybos kl. vadovė
Virginija Katkuvienė



Puslapis 2

1 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028486

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-15L	250 g.	9,13	5,29	36,08	217,96
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13KK	40/5/25 g.	7,79	7,47	26,28	197,71
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,95	16,86	62,4	452,82

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Lydekų filė rageliai	AŽUVPN-31D	80 g.	296,23
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	138,54
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	49,48
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	70,40
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8B	150 g.	79,50
			634,15

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Kalakutienos kukulis (tausojantis)	AKMPNN-164A	80 g.	128,32
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	144,48
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	49,48
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	70,40
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			611,14

Direktorius
Darius Trautmanas



Mitybos šl. vadovė
Virginija Karkušienė



1 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028487

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgala	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	anglinvandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22A	250 g.	7,68	2,90	46,32	246,37
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8GG	40/5/20 g.	7,99	9,94	21,90	204,03
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,70	16,94	68,26	487,55

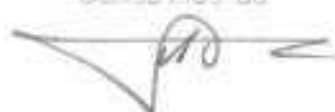
Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgala	Energinė vertė kcal
Maltas vištienos šnicelis	AKMP-SMLPC-38C	80 g.	246,06
Grīkų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	144,48
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128A	50 g.	19,87
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (alieja, česnu, citr.) (augalinis)	GSAL-WWW-30C	70 g.	123,40
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			585,81

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgala	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Lydeka troškinta su daržovėmis (morka, svog.) pomidorų padaže (tausojantis)	AŽUVPN-10I	80/60 g.	146,13
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	138,54
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (alieja, česnu, citr.) (augalinis)	GSAL-WWW-30D	90 g.	156,64
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			692,03

Dietologas
Darius Močiulis



Mitybos sek. vadovė
Virginija Katkuvienė



1 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028488

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13F	220 g.	8,00	3,29	34,19	195,91
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-9U	40/5/20 g.	7,43	9,62	25,96	214,51
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,46	17,01	60,19	447,57

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Sklindžiai su varške 9%	AMLTN-22B	200 g.	542,06
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	8,23
Pienas 2,5%	GERN-48	200 g.	110,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9J	220 g.	94,60
			754,89

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39L	150 g.	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94E	15 g.	35,58
Makaronai su žiediniais kopūstais ir vištiena (tausojantis)	AMLTN-55	147/48/55 g.	418,04
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44	100 g.	100,29
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			774,78

Direktorius
D. J. 10.11.19



Mitybos sk. vadovė
Virginija Karkausienė



Puslapis 5

2 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028489

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-24L	250 g.	8,71	3,41	37,34	210,95
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8X	50/5/20 g.	8,68	10,05	27,36	228,40
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,42	17,56	64,74	476,5

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Energinė vertė kcal
Kiaulienos kepsnys	AKMP-SMLPC-10C	80 g.	229,23
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	131,14
Kopūstų, morkų, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161H	120 g.	117,89
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00
			575,26

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRJN-118A	150 g.	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Garinis kiaulienos zrazas įdarytas ryžiais (tausojantis)	AKMPN-12E	51/29 g.	149,60
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	131,14
Kopūstų, morkų, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161H	120 g.	117,89
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00
			671,16

Mitybos šio vadovo
Virginija Katkavičienė

Puslapis 6

2 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 028490

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni), Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė(tausojantis)	IKRUOPN-121	220 g.	5,30	2,69	34,42	177,15
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1D	50 g.	4,43	7,83	21,84	169,71
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			10,16	15,02	69,3	437,01

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Įdarytas maltas vištienos kotletas	AKMP-PNV-6B	80 g.	218,36
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	144,48
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40A	50 g.	42,89
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124A	70 g.	51,17
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			603,9

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Agurkinė sriuba(augalinis) (tausojantis)	SRIN-66	150 g.	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Virti silkės maltiniai (tausojantis)	AŽUVPN-52C	80 g.	203,27
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13B	150 g.	125,15
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40A	50 g.	42,89
Troškintos morkos su grietinės 30% padažu	GSALN-124A	70 g.	51,17
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			702,83

Mitybos AL. vadovė
Virginija KatkuvienėDirektorius
Darius Mockus

Puslapis 7

2 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 028491

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13A	250 g.	9,10	3,74	38,85	222,63
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15M	50/5/25 g.	7,81	8,43	31,92	227,10
Zolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,94	16,27	70,81	486,88

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Vištienos kepinukai	AKMPN-49A	80 g.	241,25
Birų kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5B	150 g.	236,76
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55A	70 g.	59,38
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12B	50 g.	38,99
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			628,38

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI-SMLPC-10B	150 g.	72,95
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Virtinukai "Tinginėliai" (varš, milt, kiauš) (tausojantis)	AVRŠPN-1C	200 g.	352,16
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30I	200 g.	104,00
			684,73

Direktorius
Darius Mockus



Mitybos specialistė
Virginija Katkusienė



Puslapis 8

2 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR Nr. 028492

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-15A	250 g.	9,07	5,24	34,88	214,04
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukščiau ir aukščiau)	IUŽKN-1200	50/5/20 g.	6,28	9,21	27,34	210,40
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,38	18,55	62,26	461,59

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Energinė vertė kcal
Silkės filė kotletas	AŽUVPN-53A	80 g.	209,69
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14D	180 g.	166,25
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	39,37
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44E	80 g.	80,13
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9	200 g.	86,00
			581,44

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	Energinė vertė kcal
Barščių sriuba su šv2. kopūstais ir bulvėmis (burokėl,mork.) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	39,73
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Vištienos ir grikių troškinys (tausojantis)	AKMPN-58F	66/164 g.	299,59
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21A	40 g.	31,49
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44E	80 g.	80,13
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			612,55

Direktorius
Darius Mockus



Mitybos k. vadovė
Virginija Katkusienė



Puslapis 9

2 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028493

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu (tausojantis)	IKRUOPN-14L	250 g.	7,54	2,69	39,40	215,69
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13O	50/5/25 g.	8,73	7,75	32,62	227,85
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,30	14,54	72,06	480,69

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Kiaulienos šnicelis	AKMPN-7H	80 g.	240,47
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-12A	130 g.	190,05
Morkų salotos su citrina ir aliejumi (augalinis)	GSALN-110	50 g.	67,71
Burokėliai troškinti su obuoliais(tausojantis)	GSALN-81E	70 g.	53,00
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			708,23

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Daržovių sriuba (kopūst,mork,bulv, špar.pup) (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104W	150 g.	51,25
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis)	ADRŽPN-37A	214/36 g.	340,66
Pieno 2,5% padažas	PADN-2A	30 g.	19,43
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
Morka (augalinis)	IVNT-100C	150 g.	46,50
			733,45

Direktorius
Jonas Mockus

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė


Puslapis 10

3 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028494

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13F	220 g.	8,00	3,29	34,19	195,91
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.)(aukšč.r.)	IUŽKN-1200	50/5/20 g.	6,28	9,21	27,34	210,40
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,31	16,6	61,57	443,46

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Maltos vištienos kepsnys	AKMPN-45A	80 g.	227,39
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5B	150 g.	236,76
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12B	50 g.	38,99
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149E	70 g.	66,97
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9B	150 g.	64,50
			634,61

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39L	150 g.	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Vištienos guliašas (tausojantis)	AKMPN-51S	70/30 g.	198,33
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5A	130 g.	205,20
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12B	50 g.	38,99
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149E	70 g.	66,97
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			744,97

Direktorius
Darius Mockus



Mitybos skyriaus
Virginija Karsukienė



3 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 028495

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

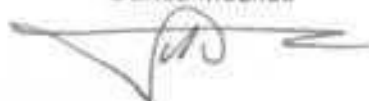
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-15A	250 g.	9,07	5,24	34,88	214,04
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1B	45 g.	3,99	7,05	19,66	152,91
Kmynų arbata be cukraus	GERN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			13,53	16,82	67,68	457,77

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Tešloje kepta lydekų filė	AŽUVPN-14A	80 g.	177,96
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14D	180 g.	166,25
Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-65D	70 g.	134,82
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-121D	60 g.	70,69
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			601,72

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Morkų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-121	150 g.	58,01
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Virti malti kiaulienos voleliai su kiaušiniiais (tausojantis)	AKMP-SMLPC-15E	80 g.	174,95
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	144,48
Pekino kopūstų-porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-65F	60 g.	115,56
Žiedinių kopūstų salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-121D	60 g.	70,69
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			710,58

Direktorius
Darius Mockus

Mitybos š. vadovė
Vieglas Katkavičienė


Puslapis 12

3 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. Nr. 028496

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su selenėlėmis (tausojantis)	IKRUOPN-140	240/10 g.	8,99	3,05	44,18	245,95
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13KK	40/5/25 g.	7,79	7,47	26,28	197,71
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,81	14,62	70,5	480,81

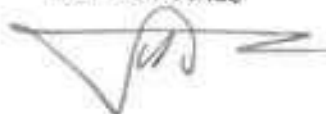
Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Kepti vištienos kepsneliai	AKMPN-23E	80 g.	258,91
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8B	150 g.	131,14
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139D	70 g.	29,36
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75	50 g.	50,29
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			626,7

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Rūgštinių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-35W	150 g.	42,09
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis)	AKMPN-169	80/40 g.	288,41
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8A	130 g.	113,66
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139E	90 g.	37,73
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			686,33

Direktorius
Darius Mockus



Mitybos žiniasklaida
Virginija Katkuvienė



Puslapis 13

3 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. 028497

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-16J	250 g.	8,31	3,60	36,76	211,60
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8X	50/5/20 g.	8,68	10,05	27,36	228,40
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			17,02	17,75	64,16	477,15

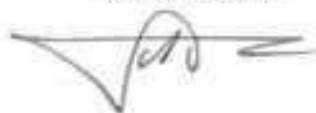
Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Maltos kiaulienos suktinukas	AKMPN-11H	80 g.	233,76
Biri grikių košė (augalinis (tausojantis)	GGARN-2B	150 g.	289,06
Virti žalieji žirneliai (tausojantis)	GGARN-21	50 g.	39,37
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106	70 g.	91,83
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			697,02

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-56W	150 g.	48,73
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Virti lydekų maltiniai (tausojantis)	AŽUVPK-PNV-7B	80 g.	212,04
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14D	180 g.	166,25
Virti žalieji žirneliai (tausojantis)	GGARN-21	50 g.	39,37
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106D	80 g.	104,94
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			709,22

Direktorius
Darius Mockus



Mitybos š. vadovė
Virginija Katkuvienė



3 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 028498

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	IKIAUŠN-6F	70 g.	5,79	7,81	4,51	110,84
Batonas	IVNT-12B	40 g.	3,76	1,12	25,36	120,56
Naminė burokėlių mišrainė su aliejumi(augalinis)	GSALN-103H	180 g.	5,94	9,36	24,80	192,98
Kmynų arbata be cukraus	GERN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			15,53	18,32	54,77	425,05

Pietūs

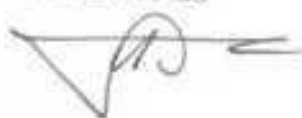
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Žemaičių blynai su kiauliena	ADRŽPN-43	165/35 g.	362,81
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,por) (augalinis)	GSALN-41R	120 g.	118,71
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			675,53

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba(augalinis) (tausojantis)	SRIN-30J	150 g.	70,96
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Balandėliai su kiaulienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis)	AKMPN-16F	70/80/30 g.	203,86
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13J	120 g.	100,12
Morkos troškintos grietinėje 30%	GSALN-80B	90 g.	60,50
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			663,61

Puslapis 15

Direktorius
Darius Miodus



Mitybos skyriaus
Virginija Katkuvienė

