

UAB „Sotega“ Kupiškio skyrius

Kupiškio rajono Alizavos pagrindinė mokykla

Berželių g.12, Alizava, Kupiškio raj.

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS


(nurodyti dienų skaičių)

6-10 m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo ___ iki ___ val.


Gintaras Paškauskas
2021-12-01

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 041400

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-21	200 g.	7,93	2,24	35,05	184,41
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15P	20/5/15 g.	3,76	6,42	12,83	120,98
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-71B	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,72	12,76	47,92	342,54

Pusryčiai II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miltiniai blynėliai	AMLTN-32Š	140 g.	9,47	9,60	60,66	361,27
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	0,02	0,02	2,07	8,23
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,49	9,62	62,73	369,5

Pusryčiai III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (1vnt.) (tausojantis)	IKIAUŠN-13A	50 g.	6,15	5,85	0,35	78,50
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-7NN	20/5/15 g.	5,81	8,71	12,74	149,48
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas(augalinis)	IVNT-70	120 g.	1,44	0,36	27,72	116,40
			13,4	14,92	40,81	344,38

Pusryčiai IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė (tausojantis)	IKRUOPN-14	200 g.	5,99	2,11	30,56	169,41
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1H	20 g.	1,77	3,14	8,73	67,96
Pienas 2,5%	GERN-48	200 g.	6,40	5,00	9,60	110,00
			14,19	14,35	48,93	384,52

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	54,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Vištienos kepsneliai	AKMP-PNV-2F	70 g.	220,09
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8A	130 g.	113,66
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139G	100 g.	40,97
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00

529,74

Plaj
Gintaras Paškauskas
Puslapis 1

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	54,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Virta dešrelė(aukšč.r.)(tausojantis)	AKMPN-54C	70 g.	186,20
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13A	130 g.	108,46
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139G	100 g.	40,97
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00

490,65

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	54,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Daržovių ir perlinių kruopų troškiny (tausojantis)	ADRŽPN-127A	200 g.	204,83
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139G	100 g.	40,97
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00

504,82

Pietūs IV variantas

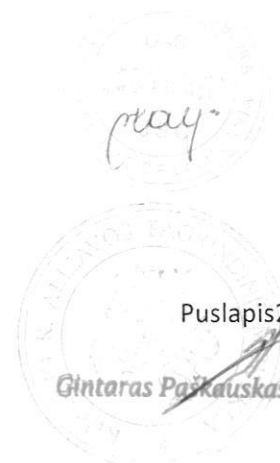
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	54,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Mieliniai blynėliai	AMLTN-13	150 g.	396,13
Obulių padažas	PADN-15D	20 g.	8,23
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo,banan,apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16

602,54

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Žaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	54,58
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Kepti sūriniųukai	AVRŠPN-20B	150 g.	324,76
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139E	90 g.	36,87
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00

553,66



Puslapis 2

Gintaras Paškauskas

1 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. 041401

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-16	200 g.	6,60	2,84	28,45	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1F	40 g.	3,58	6,28	17,35	135,53
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,21	13,22	45,84	338,82

Pusryčiai II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų apkepamas su varške 9% (tausojantis)	AAPK-14A	122/58 g.	13,44	14,87	35,50	321,38
Obuolių padažas	PADN-15A	30 g.	0,03	0,03	3,13	12,45
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-71B	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,47	14,9	38,63	333,83

Pusryčiai III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-18	200 g.	6,95	3,04	34,25	194,95
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82%	IUŽKN-5S	25/5 g.	2,38	4,80	15,89	112,50
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,36	11,94	50,18	344,6

Pusryčiai IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13	200 g.	7,28	2,99	31,08	178,10
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-9	20/5/10 g.	3,73	6,86	13,00	125,83
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,04	13,95	44,12	341,08

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Kiaulienos kepsnys	AKMP-SMLPC-10B	60 g.	171,93
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-4H	120 g.	159,26
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis)	GSALN-12Z	90 g.	69,06
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

535,77



Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Sklindžiai	AMLTN-33J	140 g.	410,24
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	8,23
Traškios morkų lazdelės (augalinis)	IVNT-101F	80 g.	24,80
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

578,79

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais(augalinis)(tausojantis)	IKRUOP-WWW-10A	150 g.	187,64
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5L	90 g.	39,58
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

503,75

Pietūs IV variantas

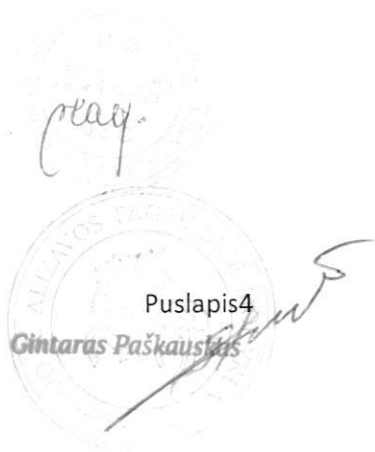
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Lietiniai blynėliai su varškės 9% idaru	AMLTN-10	87/48 g.	271,91
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Traškios morkų lazdelės (augalinis)	IVNT-101F	80 g.	24,80
Pienas 2,5%	GĖRN-48	200 g.	110,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

579,24

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Daržovių troškiny(s(kopū,bul,mork,svog) su kiaulienos mėsa(tausojantis)	AKMPN-61C	207/43 g.	236,96
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis)	GSALN-12Z	90 g.	69,06
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

545,54



 Puslapis 4

 Gintaras Paškauskas

1 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. 041402

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-24	200 g.	6,93	2,70	29,07	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13	20/5/10 g.	3,51	5,56	13,07	113,43
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-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
			10,87	12,76	55,18	369,72

Pusryčiai II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	IKIAUŠN-6B	50 g.	4,14	5,58	3,23	79,17
Batonas su sviestu 82%	IUŽKN-5M	30/3 g.	2,84	3,30	19,04	112,71
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi(augalinis)	GSAL-PNV-7C	110 g.	1,55	5,76	7,56	79,80
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-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
			8,93	15,04	42,83	324,68

Pusryčiai III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miltiniai blynai	AMLTN-8	150 g.	10,23	9,68	59,08	358,19
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	0,02	0,02	2,07	8,23
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,25	9,7	61,15	366,42

Pusryčiai IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-16	200 g.	6,60	2,84	28,45	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.)	IUŽKN-12JJ	20/5/20 g.	4,21	8,88	10,96	137,29
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,84	15,82	39,45	340,58

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94F	25 g.	59,31
Orkaitėje kepti lydekų rageliai (tausojantis)	AŽUVPN-31	70 g.	235,74
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7I	110 g.	105,95
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75X	90 g.	94,71
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00

575,82

Puslapis5
Gintaras Paskauskas

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Kiaulienos kepsniukai	AKMPN-171B	60 g.	214,39
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7E	120 g.	115,58
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41Š	90 g.	88,70
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00

599,22

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis)	AŽUVPN-78A	60 g.	144,10
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7I	110 g.	105,95
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75X	90 g.	94,71
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00

525,31

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Bulvių plokštainis	ADRŽPN-47B	150 g.	215,50
Pieno 2,5% padažas	PADN-2	20 g.	12,96
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41Š	90 g.	88,70
Kefyras 2,5%	GĖRN-49A	150 g.	78,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00

575,71

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Sklindžiai su varške 9%	AMLTN-22F	130 g.	347,63
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	8,23
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo,banan.apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16

579,57

Puslapis 6

Gintaras Paškauskas

1 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 041403

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22	200 g.	6,15	2,31	37,05	197,09
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8SS	25/5/10 g.	4,36	7,08	13,70	132,78
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,54	13,49	50,79	367,02

Pusryčiai II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Aukštaičių blynai	AMLTN-29B	150 g.	9,07	10,18	58,04	355,34
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	0,02	0,02	2,07	8,23
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,09	10,2	60,11	363,57

Pusryčiai III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sėlenėlėmis (tausojantis)	IKRUOPN-14N	192/8 g.	7,19	2,43	35,28	196,45
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1	30 g.	2,66	4,71	13,12	101,93
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,88	11,24	48,44	335,53

Pusryčiai IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-24	200 g.	6,93	2,70	29,07	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15L	30/5/10 g.	4,08	6,11	19,13	143,27
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,04	12,91	48,24	346,56

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Maltas vištienos šnicelis	AKMP-SMLPC-38B	60 g.	193,07
Biri grikių košė (augalinis)(tausojantis)	GGARN-2C	80 g.	154,17
Burokėlių salotos su jogurtu 2.5%	GSALN-139D	70 g.	28,69
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00

556,01



Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	AAPK-18	150 g.	352,86
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo,banan,apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16

614,11

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Balandėliai su vištienos, ryžių įdaru ir padažu (tausojantis)	AKMPN-206	70/80/30 g.	168,76
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	83,43
Burokėlių salotos su jogurtu 2,5%	GSALN-139O	140 g.	56,98
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00

489,25

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Grikių-daržovių kepinukai(augalinis)(tausojantis)	IKRUOPN-72	200 g.	144,74
Daržovių padažas	PADN-24F	20 g.	24,26
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30L	110 g.	191,46
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00

540,54

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45%(tausojantis)	AMLTN-17	165/15 g.	263,56
Morkų salotos su aliejumi(augalinis)	GSAL-TAUS-4	100 g.	100,67
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00

568,04



Puslapis 8

1 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 041404

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-19	200 g.	5,99	2,22	29,18	154,43
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-9F	30/5/15 g.	5,58	8,24	19,48	170,17
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71B	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,6	14,56	48,7	361,75

Pusryčiai II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu (tausojantis)	IKRUOPN-14J	200 g.	6,03	2,14	31,36	172,02
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13XX	30/3/20 g.	6,04	5,10	19,74	144,71
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,1	11,34	51,14	353,88

Pusryčiai III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	AVRŠPN-2G	140 g.	21,13	15,26	36,73	366,58
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	0,02	0,02	2,07	8,23
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			21,15	15,28	38,8	374,81

Pusryčiai IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22C	150 g.	4,61	1,73	27,79	147,82
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82%	IUŽKN-5X	25/3 g.	2,37	3,16	15,87	97,64
Pienas 2,5%	GĖRN-48	200 g.	6,40	5,00	9,60	110,00
			13,41	13,99	53,3	392,61

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Vištienos plovos virtas(tausojantis)	AKMPN-20I	36/134 g.	243,30
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44S	90 g.	90,15
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

574,74

Handwritten signature
Puslapis 9
Gintaras Paškauskas

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Perlinių kruopų troškinys su kiauliena (tausojantis)	IKRUOPN-38I	137/43 g.	242,96
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44S	90 g.	90,15
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

574,4

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Mieliniai blynėliai	AMLTN-13C	130 g.	343,31
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	8,23
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo.banan.apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16

541,99

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Virtinukai su varške 9% (tausojantis)	AMLTN-4A	150 g.	272,94
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	82,50
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo.banan.apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16


582,9

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Lydeka troškinta su daržovėmis (mork,svog.) pomidorų padaže (tausojantis)	AŽUVPN-10A	60/60 g.	123,98
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3H	120 g.	165,82
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44M	120 g.	119,78
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00

546,87

May



Puslapis 10
Gintaras Paškauskas

2 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR Nr. 041405

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-24	200 g.	6,93	2,70	29,07	166,14
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-7	20/5/10 g.	4,51	7,36	12,73	132,13
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,47	14,16	41,84	335,42

Pusryčiai II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-21	200 g.	7,93	2,24	35,05	184,41
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtų kiaušinių	IUŽKN-15AX	25/3/15 g.	4,22	4,92	15,98	121,19
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,18	11,26	51,07	342,75

Pusryčiai III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė (tausojantis)	IKRUOPN-14	200 g.	5,99	2,11	30,56	169,41
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-9RR	25/3/15 g.	5,10	6,46	16,29	140,24
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,12	12,67	46,89	346,8

Pusryčiai IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	SRIN-40B	250 g.	5,97	5,14	20,52	154,72
Batonas su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.)	IUŽKN-11Y	35/5/15 g.	5,42	8,50	22,23	181,19
			11,39	13,64	42,75	335,91

Pietūs I variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-126A	150 g.	79,63
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Kiaulienos kepsnys	AKMP-SMLPC-10B	60 g.	171,93
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8A	130 g.	113,66
Kopūstų, morkų, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161D	100 g.	98,51
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00

608,17

Gintaras Paškauskas
Puslapis 11

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-126A	150 g.	79,63
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Sklindžiai su varške 9%	AMLTN-22F	130 g.	347,63
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	8,23
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo.banan.apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00

579,09

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-126A	150 g.	79,63
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Garintas vištienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-25A	60 g.	93,52
Perlinių kruopų košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-8A	130 g.	113,66
Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161D	100 g.	98,51
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00

529,76

Pietūs IV variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-126A	150 g.	79,63
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Kepti varškėčiai	AVRŠPN-2A	130 g.	339,96
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	8,23
Gaivios vaisių salotos su jogurtu(obuo.banan.apels)	GSALN-43D	150 g.	96,16
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00

571,42

Pietūs V variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRIN-126A	150 g.	79,63
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94C	20 g.	47,44
Grikių blynai (tausojantis)	IKRUOPN-70A	100 g.	221,79
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Kopūstų,morkų,svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161B	60 g.	58,95
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00

541,82

Puslapis12

Gintaras Paškauskas